Editorial Alas

IAIDO · LOS KATAS

IAIDO



- MUSO SHINDEN RYU.
- SETE IAI.
- TODAS LAS BASES Y LOS KATAS EXIGIDOS PARA CINTO NEGRO.

居合道



SANTOS NALDA

IAIDO

TODAS LAS BASES
Y
LOS KATAS
EXIGIDOS PARA
CINTO NEGRO

Impreso en España
Depósito Legal: B- 42.006/1986
ISBN: 84-203-0202-3
Gráficas Tordera, c/ Samsó, 4
Barcelona

Descargo

La editorial declina toda responsabilidad por cualquier lesión o accidente que pudiera derivarse por la puesta en práctica de los ejercicios publicados en la presente obra.

Se recomienda que antes de seguir una disciplina deportiva o actividad marcial se consulte con un experto en preparación física o/y médico.

IAIDO

TODAS LAS BASES Y LOS KATAS EXIGIDOS PARA CINTO NEGRO

SANTOS NALDA



Valencia, 234 - 08007 BARCELONA - Apartado 36274

PRÓLOGO

"La mejor hoja de sable es la que permanece siempre en su funda".
(refrán japonés)

El Iaido es un Arte Marcial que permanece inalterable y fiel a la tradición, siendo cada vez más apreciado con el paso de los años, como muestra viviente de todo un Código y una etiqueta del comportamiento y la actitud interna del samurai.

En Japón son numerosas las personas que en la intimidad de su entorno practican el Iaido como medio de encuentro consigo mismo, puesto que no existe adversario ni oponente real, éste sólo aparece en la imaginación del practicante para ayudarle a desarrollar al máximo su concentración, disponibilidad y autodominio.

Algunos europeos en su periplo tras las fuentes de las Artes Marciales, y después de una estancia más o menos prolongada en el país del Sol Naciente, a su regreso nos han permitido compartir su aprendizaje, experiencia y respeto por el Iaido, gracias a ellos este Arte se va divulgando entre los budokas y es cada día más conocido y practicado.

Literalmente Iaido significa: Arte de unirse, de armonizarse con el entorno y a todas las situaciones y circunstancias.

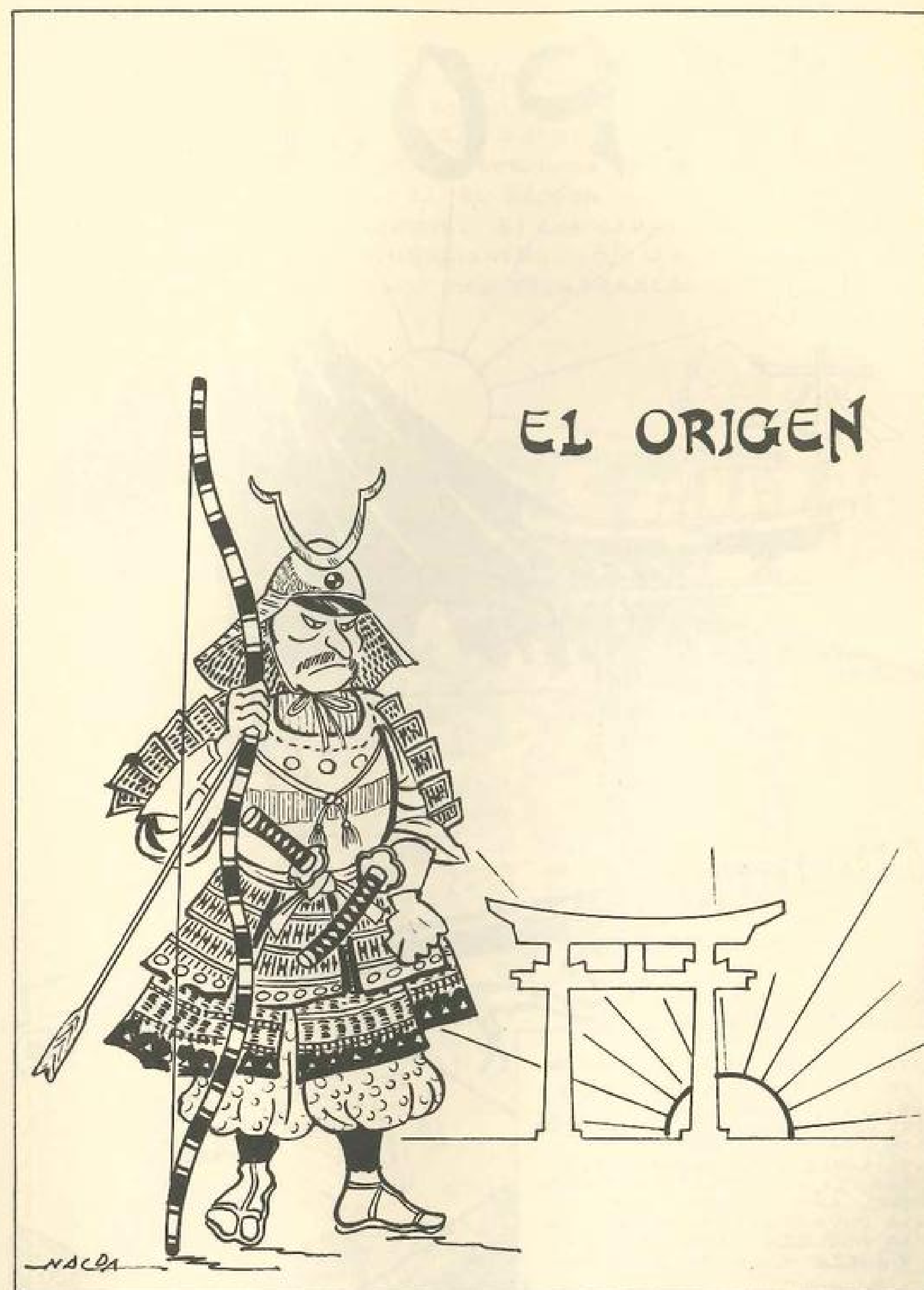
Un espectador ajeno al mundo del Budo, observando la práctica o la demostración de los Katas de Iaido sin duda pensará: ¿Para qué le sirve al hombre de hoy pasar tantas horas aprendiendo a desenvainar y cortar con un sable japonés...? Ciertamente, la acción de desenvainar y cortar no tiene aplicación o utilidad práctica en ninguna circunstancia de la sociedad actual, y efectivamente sería estéril si ese fuera el objetivo del Iaido, pero no es así, porque su meta se encuentra en la transformación interna del hombre, en su búsqueda del equilibrio, la armonía, la actitud justa, la esté-

tica del gesto, el autodominio, la alternancia de la acción dentro de la calma y la calma dentro de la acción...

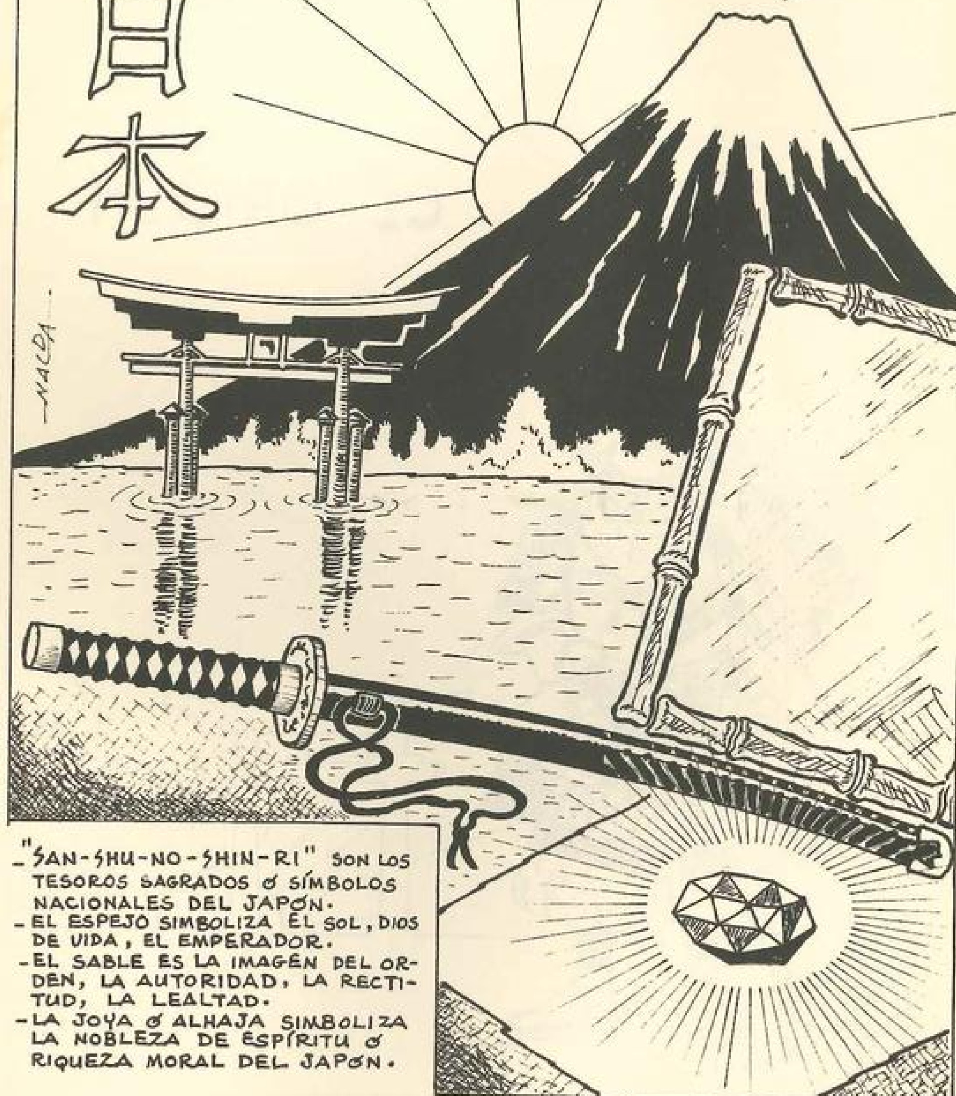
El Iaido es un Arte por el que se suelen interesar todos los practicantes sea cual sea su disciplina preferida, cuando han alcanzado una cierta madurez, porque de alguna manera significa un retorno a los orígenes.

Este libro no es más que una modesta introducción a la práctica, en sus páginas encontrará el lector las bases para comenzar por sí mismo si no tiene la suerte de recibir la enseñanza directa de un Maestro, al que ningún libro puede sustituir, pero como éstos son escasos hoy por hoy, una forma de iniciarse puede ser llevar el libro y la katana al dojo y practicar sin desánimo, esperando que llegue la ocasión de hacerse corregir por un experto.

José Santos Nalda

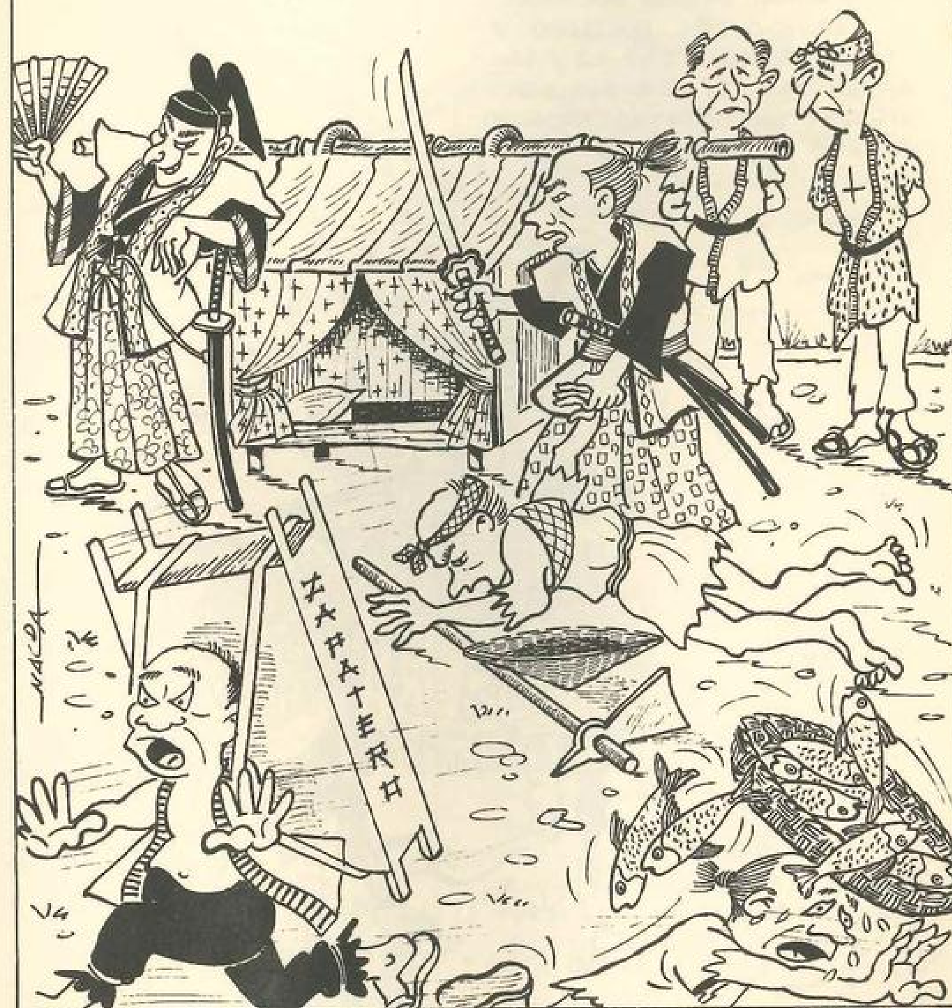


JAPON



- "SAN-SHU-NO-SHIN-RI" SON LOS TESOROS SAGRADOS Ó SÍMBOLOS NACIONALES DEL JAPÓN.
- EL ESPEJO SIMBOLIZA EL SOL, DIOS DE VIDA, EL EMPERADOR.
- EL SABLE ES LA IMAGÉN DEL ORDEN, LA AUTORIDAD, LA RECTITUD, LA LEALTAD.
- LA JOYA Ó ALHAJA SIMBOLIZA LA NOBLEZA DE ESPÍRITU Ó RIQUEZA MORAL DEL JAPÓN.

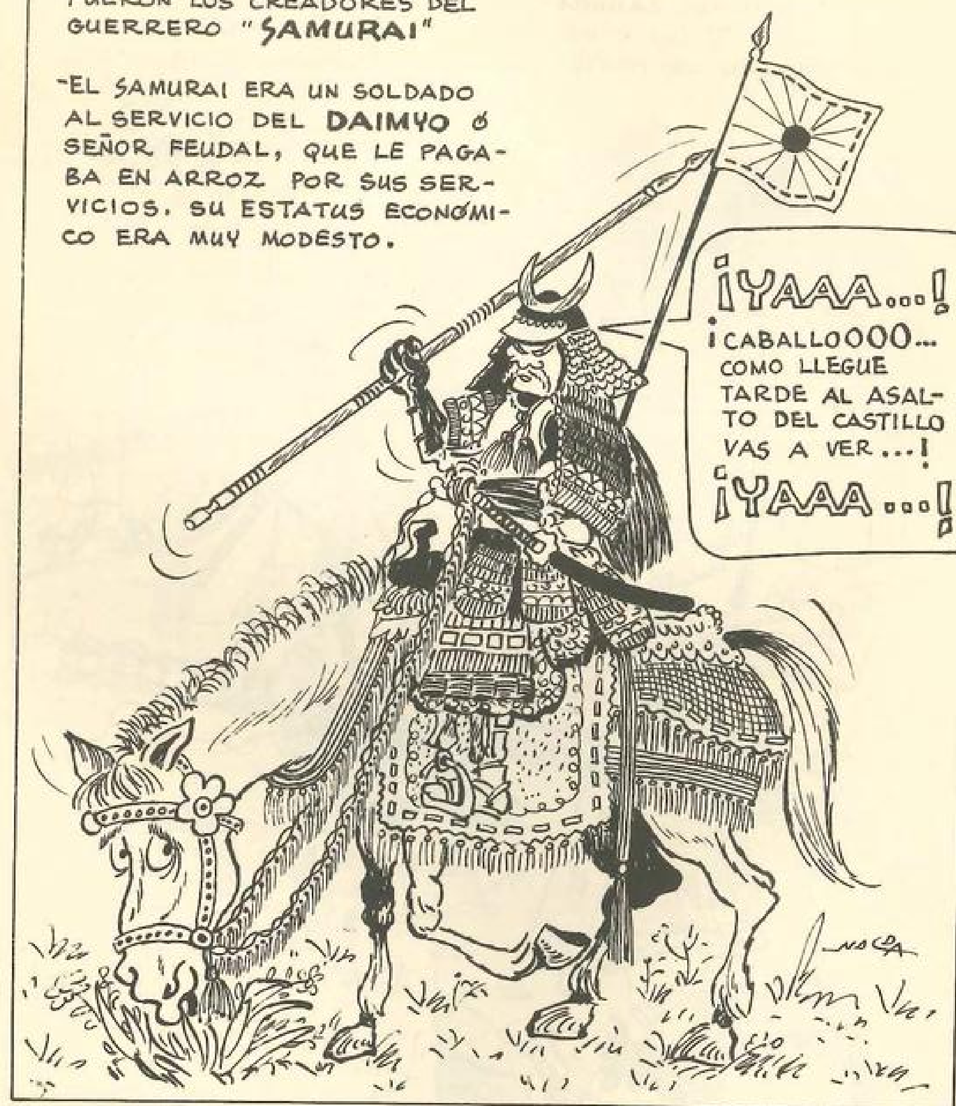
- LA SOCIEDAD JAPONESA DE LA ÉPOCA FEUDAL ESTABA ORGANIZADA EN VARIAS CLASES SOCIALES CERRADAS, Ó CASTAS, INVARIABLES GENERACIÓN TRAS GENERACIÓN.
- LA PIRÁMIDE SOCIAL ESTABA FORMADA SEGÚN ESTE ORDEN: 1) LA FAMILIA IMPERIAL. 2) EL SHOGUN. 3) LOS DAIMYOS. 4) LOS GUERREROS SAMURAIS. 5) LOS CAMPESINOS. 6) LOS ARTESANOS. 7) LOS COMERCIANTES. 8) LOS PARIAS QUE DESEMPEÑABAN LOS OFICIOS MAS DESAGRABLES Y PEOR VISTOS.



-EL "BUSHI" Ó GUERRERO DE LA ÉPOCA DE LOS FUJIWARA, -SIGLO VII- SE TRANSFORMA EN "SAMURAI" DURANTE EL PERIODO **KAMAKURA** HACIA EL AÑO 1.155.

-LOS GRANDES TERRATENIENTES - POSEEDORES DE UN FEUDO - CUYA ECONOMÍA Y PODER DEPENDÍAN DE LA AGRICULTURA, FUERON LOS CREADORES DEL GUERRERO "**SAMURAI**"

-EL SAMURAI ERA UN SOLDADO AL SERVICIO DEL **DAIMYO** Ó SEÑOR FEUDAL, QUE LE PAGABA EN ARROZ POR SUS SERVICIOS. SU ESTATUS ECONÓMICO ERA MUY MODESTO.



-A MITAD DEL SIGLO XIII EL JAPÓN DOMINADO POR LOS SAMURAIS INICIABA SU ÉPOCA FEUDAL, QUE DURARÍA CUATRO SIGLOS.

-LA CULTURA Y LA ÉTICA DE ESTOS GUERREROS ESTABA INFLUENCIADA POR EL BUDISMO ZEN DE ORÍGEN CHINO QUE PROPUGNABA EL AMOR A LA NATURALEZA, LA AUTODISCIPLINA Y EL PERFECCIONAMIENTO PERSONAL, POR LO QUE FUÉ ACEPTADO DE MUY BUEN GRADO POR LOS SAMURAIS.

¡POR AMATERASU BENDITA... CON LA RESACA QUE LLEVO Y TENER QUE HACER EL ENTRENAMIENTO...!

¡UUUFFF...! SETENNNTAAA... ¡YIIIAAA...!

¡MECACHIS EN TODOS LOS KAMIS DEL SAKE...! ¡YA ME HE VUELTO A DESCONTAR...! TREEESSCIENTAAASSSS-DOSSS...

NACDA

EN EL PERIODO MUROMACHI - FINALES DEL SIGLO XV - EL ENTRENAMIENTO DEL SAMURAI CON EL SABLE, (ADEMAS DE OTRAS DISCIPLINAS) CONSISTÍA EN DESENVAINAR 150 VECES, Y DESCARGAR 1.000 GOLPES, SHOMEN, CADA DÍA...

-DURANTE LOS PERIODOS DE RELATIVA CALMA, EL SAMURAI, SE ENTREGABA EN CUERPO Y ALMA A UN COMPLETO PROGRAMA DE ENTRENAMIENTO Ó "ZEN-KEN-SHU":

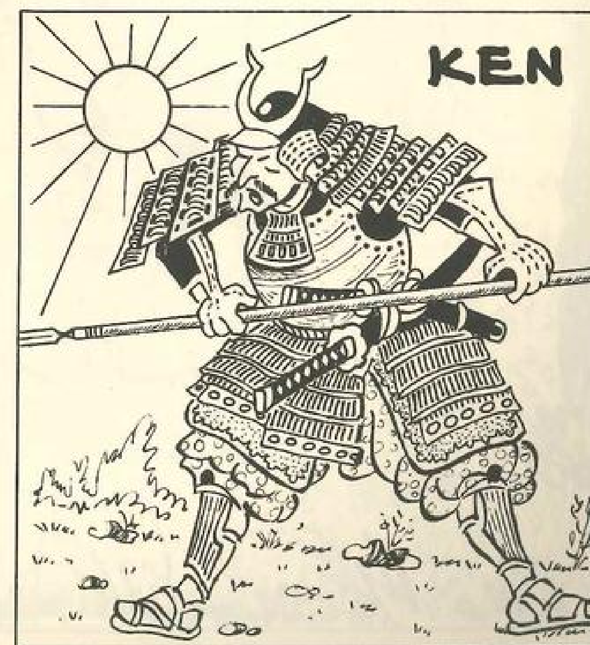
ZEN = LA MEDITACIÓN.
KEN = EL SABLE, EL ARCO, LANZA.
SHU = CALIGRAFÍA, POESÍA, ETC.

-SE AÑADÍA A ESTA EDUCACIÓN, LA IDEA CONSTANTE DEL DESPRECIO A LA MUERTE, PARA ADQUIRIR EL DESAPEGO QUE PERMITA RECIBIRLA CON VALOR EN CUALQUIER MOMENTO DE SU VIDA. ANTES PREFERÍAN LA MUERTE QUE EL DESHONOR.

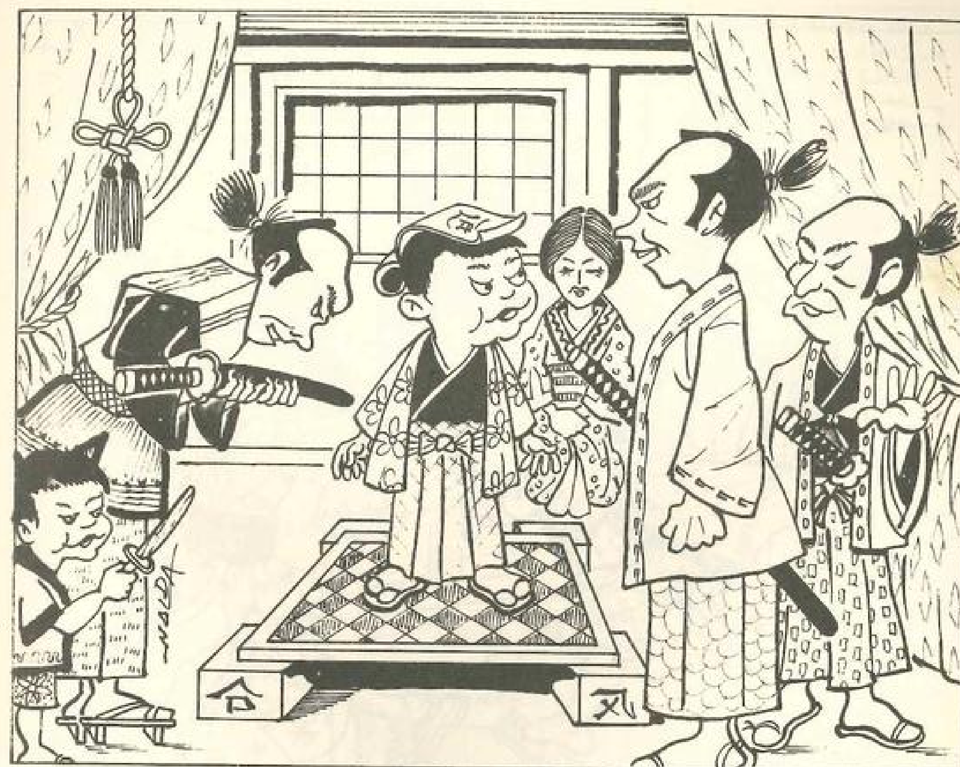


NACDA





-LOS SÍMBOLOS DEL SAMURAI ERAN EL SABLE Y LA FLOR DEL CEREZO, - SAKURA - QUE SE DESPRENDE DEL ARBOL EN TODO SU ESPLENDOR, LO MISMO QUE EL GUERRERO, DABA LA VIDA POR SU SEÑOR EN PLENA JUVENTUD SI ERA PRECISO.



- CEREMONIA DE ENTREGA DE LA KATANA AL HIJO DEL SAMURAI.

-EL HIJO DE UN SAMURAI AL CUMPLIR LOS CINCO AÑOS, EL QUINTO DÍA DEL QUINTO MES (5 DE MAYO) RECIBÍA SU PRIMER SABLE -SIN AFILAR- PARA QUE SE ACOSTUMBRASE A LLEVARLO SIEMPRE CONSIGO.

-SOLAMENTE AL SAMURAI LE ESTABA PERMITIDO LLEVAR DOS ESPADAS, PERO TENÍA PROHIBIDO SER CAMPESINO, ARTESANO Ó COMERCIANTE. EL SABLE ERA SU ALMA Y SU RAZÓN DE VIVIR.



- A LOS QUINCE AÑOS SE LE CONSIDERABA ADULTO, Y SE LE ENTREGABAN LOS DOS SABLES, KATANA Y WAKIZASHI, LLAMADOS TAMBIÉN "DAITO" Y "SHOTO", PERFECTAMENTE AFILADOS, QUE DEBERÍA HONRAR Y LLEVAR SIEMPRE EN SU CINTURA...
- EN SU CASA OCUPABAN UN LUGAR DE HONOR Y POR LA NOCHE LOS DEJABA JUNTO A LA CABECERA DE SU LECHO.
- PASAR POR ENCIMA DE UN SABLE REPOSANDO EN EL SUELO, Ó EN SU SOPORTE, ERA UN GRAVE INSULTO PARA SU DUEÑO, Y, CASI SIEMPRE SUPONÍA LA MUERTE PARA EL IMPRUDENTE, Ó DISTRAIDO QUE COMETÍA ESE ERROR.

LA FORJA DEL SABLE

- CUANDO UN DAIMYO, Ó UN SAMURAI, NECESITABAN UNA NUEVA ESPADA (KATANA) LLAMABAN AL "KAJI" Ó FORJADOR DE SABLES, PARA ENCOMENDARLE EL TRABAJO SEGÚN SUS PREFERENCIAS PERSONALES...





-EL KAJI, QUE POR SU OFICIO PERTENECÍA A LA CASTA ARTESANA, AL ACEPTAR EL ENCARGO SE DESPEDÍA DE SU FAMILIA, Y DE SU ENTORNO, PARA BUSCAR EL AISLAMIENTO EN UNA CHOZA, Ó UN TEMPLO, CON EL FIN DE LIBERARSE DE TODA POSIBLE INFLUENCIA NEGATIVA QUE PUDIERA AFECTAR AL BUEN RESULTADO DE SU TRABAJO.



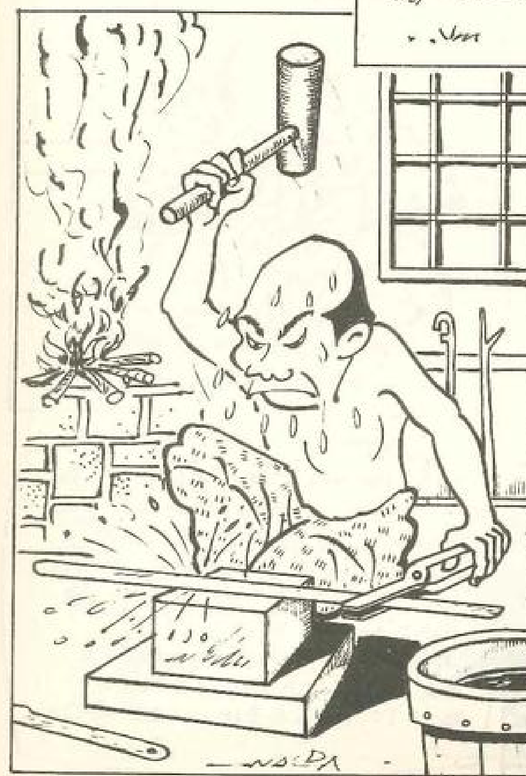


-DESDE ESTE MOMENTO, EL "KAJI", SE PREPARABA PARA LLEVAR UNA VIDA DE ASCETA, AISLADO DEL MUNDO, CONCENTRADO EN LA SOLA IDEA DE FORJAR UNA HOJA SINGULAR DE PROPIEDADES EXTRAORDINARIAS...

-TODO EL PROCESO DE SU TRABAJO ERA PRECEDIDO DE NUMEROSOS RITOS SHINTOÍSTAS, AYUNOS, SILENCIO, Y PURIFICACIONES, ABSTENIÉNDOSE DEL ALCOHOL, LAS RELACIONES SEXUALES, ETC. INCLUSO LOS ALIMENTOS DEBÍAN SER PREPARADOS DE MANERA ESPECIAL EN EL FUEGO SAGRADO...

-DURANTE LOS MESES QUE EMPLEABA EN FORJAR UNA ESPADA, DÍA TRAS DÍA, SEGÚN LA TRADICIÓN SHINTOISTA, PURIFICABA SU CUERPO Y SU MENTE INVOCANDO AL DIOS (KAMI) DE LA FORJA, PUES SU TRABAJO ERA SAGRADO, DE AHÍ QUE LOS KAJIS GOZABAN...





... DE UNA NOTABLE DIGNIDAD Y RESPETO.

-LA CHOZA Ó EL TALLER, DURANTE LA FORJA SE CONSIDERABA COMO UN SANTUARIO, Y SU ENTORNO, ASÍ COMO LA SENDA QUE CONDUCÍA A ÉL, ESTABAN PROTEGIDOS Y RODEADOS POR UNA CUERDA DE PAJA SEGÚN EL RITO SHINTO. NADIE PODÍA ENTRAR A VER LA "OBRA" NI HABLARLE DURANTE SU TRABAJO, EXCEPTO SU AYUDANTE.



-LA HOJA DE LA ESPADA ERA MARTILLADA INCESANTEMENTE, CALENTADA Y ENFRIADA EN UNA MEZCLA DE AGUA Y TIERRAS ESPECIALES HASTA OBTENER UN TEMPLE DE CALIDAD INIGUALABLE...

-EL RESULTADO FINAL DEBÍA SER UNA KATANA DE BELLEZA, EFICACIA Y MANEJABILIDAD SORPRENDENTE.





-EL DAIMYO, Y SOBRE TODO EL SAMURAI, CONCEDÍAN LA MAS GRANDE ESTIMA Y RESPETO A SU KATANA, HASTA EL PUNTO QUE SU VIDA Y SU HONOR DEPENDÍAN DE ELLA.
JAMAS SE SEPARABAN DE SU WAKIZASHI (SABLE CORTO), NI DE DÍA, NI DE NOCHE.



- KATANA ERA SINÓNIMO DE RECTITUD, VALOR, LEALTAD, HONOR, JUSTICIA... ASÍ EL KEN-JUTSU, Ó COMBATE A SABLE, ERA LA PRACTICA OBLIGADA Y PREFERIDA DEL SAMURAI.

- KATANA Y WAKIZASHI EN SU CINTURA HACÍAN DE ÉL, UN HOMBRE TEMIBLE, SIN MIEDO A NADA NI A NADIE... PERO VIVÍA EN UNA ÉPOCA VIOLENTA Y DESPIADADA...





LOS ATAQUES DE TODO TIPO A QUE ESTABA EXPUESTO EL SAMURAI, LE HICIERON COMPRENDER QUE DEBÍA DESENVAINAR CON RAPIDEZ, Ó PERECER, ANTE UN ADVERSARIO INESPERADO, Ó MÁS RAPIDO.
ESTA TÉCNICA SE CONOCIÓ COMO "IAI-JUTSU" Ó "BATTO-JUTSU".
- AL PRINCIPIO DE LA EDAD MEDIA, YA SE CONOCÍA LA FORMA DE DESENVAINAR CON RAPIDEZ BAJO EL NOMBRE DE "TACHIKAKI".
- A MEDIADOS DEL SIGLO XVI, EL SABLE SE FUE ACORTANDO, Y SE LLEVABA EN LA CINTURA CON EL FILO HACIA ARRIBA, PARA DESENVAINAR Y CORTAR EN UNA SOLA ACCIÓN.



-COMO HEMOS VISTO, EN SU ORIGEN, EL "IAI-JUTSU" TENÍA POR OBJETIVO ANTICIPARSE AL ADVERSARIO, DESENVAINANDO Y ATACANDO ANTES QUE EL OTRO PUDIERA HACER LO MISMO.
ESTA NUEVA TÉCNICA EXIGÍA ALGUNOS CUIDADOS PARA LA BUENA CONSERVACIÓN DEL SABLE. (LIMPIARLO, ENGRASARLO, REVITALIZARLO, ETC. ETC.).





ESTA FORMA DE DESENVAINAR SE ENSEÑABA COMO COMPLEMENTO DEL KEN-JUTSU, Y YA EN EL PERIODO KAMAKURA, SURGIERON NUMEROSAS ESCUELAS Y ESTILOS COMO LA :
- OMORI - RYU .
- TOKUHON .
- TENSHIN-SHODEN KATORI SHINTO RYU .
- MUSO - SHINDEN RYU. ETC. ETC.

- HOJO GINSUKE FUNDÓ LA ESCUELA "MUSO RYU" - PERIODO KAMAKURA - QUE ESTUDIABA LA FORMA DE DESENVAINAR Y GOLPEAR EN UNA SOLA ACCIÓN, DESDE CUALQUIER POSTURA, DE PIE, Ó DE RODILLAS.
CON ESTA IDEA EL COMBATE EMPEZABA AL DESENVAINAR, PERO CUANDO VERDADERAMENTE ES CONOCIDO EL "IAI-JUTSU" ES AL FINAL DEL SIGLO XIII.





- EL SAMURAI ALCANZÓ SU GRADO MAS ALTO DE ESPLENDOR, E INFLUENCIA EN LA ÉPOCA DE LAS GUERRAS CIVILES, PERO EN EL PERIODO "TOKUGAWA" AL RESTABLECERSE LA PAZ, SU IMPORTANCIA SOCIAL DECAYÓ EN EXTREMO, HASTA EL PUNTO QUE TUVO QUE DEDICARSE A ADMINISTRAR LAS FINCAS DE SU SEÑOR, Y OTRAS TAREAS QUE ANTES DESDEÑABA.
- EL OCIO LOS EMPUJÓ A DESARROLLAR SUS FACETAS ARTÍSTICAS TALES COMO EL TEATRO, LA CEREMONIA DEL TÉ, LA CALIGRAFIA, LA PINTURA, LA POESÍA... ETC. ETC..



- DURANTE LOS SIGLOS QUE DURÓ LA ÉPOCA FEUDAL, SABER DESENVAINAR Y CORTAR CON PRESTEZA, NO FUÉ UN MERO PASATIEMPO PARA ENTRETENER EL OCIO DE LOS SAMURAIS, SINO UNA NECESIDAD VITAL QUE RECIBIÓ EL NOMBRE DE "IAI-JUTSU", PRACTICADA SEGÚN EL ESTILO DE NUMEROSAS ESCUELAS (RYUS) HASTA ALCANZAR LA CATEGORÍA DE UN ARTE.
- PERO... PASA EL TIEMPO Y LLEGA EL PERIODO "MEIJI" (1.868), EN EL QUE EL EMPERADOR RECUPERA EL GOBIERNO DEL PAIS, ESTABLECE SU CAPITAL EN TOKYO (HASTA ENTONCES EDO) Y PROCLAMA LA ABOLICIÓN DEL SISTEMA FEUDAL DE CASTAS, EL SAMURAI DEJA DE EXISTIR COMO TAL, SUS PRIVILEGIOS, Y ESCUDOS DE ARMAS DESAPARECEN, Y SE LE PROHIBE LLEVAR LO MAS PRECIADO PARA ÉL, LA KATANA Y EL WAKIZASHI.
- EL JAPÓN DA POR FINALIZADA SU EDAD MEDIA, SALE DE SU LARGO AISLAMIENTO INTERNACIONAL, PROMUEVE MÚLTIPLES INTERCAMBIOS COMERCIALES Y CULTURALES...



LA KATANA



¿ACASO NO RESULTA UN ARTE ANACRÓNICO, IRREAL, CONTRADICTORIO, ABSURDO Y PERFECTAMENTE INÚTIL...?

...Y ADEMÁS... A LAS PUERTAS DEL SIGLO XXI, CON TODOS LOS ADELANTOS DE LA CIENCIA... ¿QUÉ UTILIDAD PUEDE TENER EL "IAI-JUTSU" PARA EL HOMBRE POSTMODERNO...?



"APARENTEMENTE, NO TIENE NINGUNA UTILIDAD PRÁCTICA Y ESPECÍFICA, EN ESTA ÉPOCA EN QUE TODO SE RESUELVE PULSANDO TECLAS, Ó BOTONES DE LOS ORDENADORES Ó CEREBROS ELECTRÓNICOS QUE CADA DÍA INVADEN NUEVAS PARCELAS...

-PERO... SI TODO LO HACE EL ORDENADOR Ó LA MÁQUINA NUESTRAS FACULTADES PSICOSOMÁTICAS SE ATROFIAN, EL CUERPO Y LA MENTE SE DEBILITAN Y SE HACEN MAS VULNERABLES... YA QUE NECESITAN ACCIÓN, EJERCICIO QUE LES OBLIGUE A EJERCITAR Y MANTENER SIEMPRE EN BUEN ESTADO SUS FACULTADES PROPIAS.

-EL IAIDO ES UN ARTE QUE EXIGE LA COLABORACIÓN ESTRECHA CUERPO-MENTE, POR ELLO ES INNEGABLE SU ALTO VALOR EDUCATIVO...



-DURANTE LOS PERIODOS TAISHO (1.912-1.926) Y SHOWA (1.926 ...) EL IAI-JUTSU ES APARENTEMENTE INÚTIL, PERO GRACIAS A UNOS POCOS MAESTROS QUE SUPIERON DESCUBRIR OTROS ASPECTOS EDUCATIVOS EL "JUTSU" SE CONVIERTE EN "DO". "IAI-DO".



-IAI SIGNIFICA "UNIDAD DEL SER", ó "UNIÓN DE LOS ESPÍRITUS", EN EL SENTIDO DE UNIRSE AL ESPÍRITU DEL ADVERSARIO SIN MOVERSE.

-LA VÍA DEL IAIDO REQUIERE:

PRACTICAR SIN LA IDEA DE UTILIDAD ó DE PROVECHO.

SABER CONCENTRARSE EN SÍ MISMO Y EN EL ADVERSARIO, IMAGINANDO E INTUYENDO SUS ACCIONES EN SU ORÍGEN.

CONSERVAR LA CALMA Y LA DISPONIBILIDAD EN TODO MOMENTO.

CULTIVAR LA ESTÉTICA DE LOS GESTOS Y EL DOMINIO DE LA ACCIÓN SOBRIA Y EFICAZ AÚN PASANDO BRÚSCAMENTE DE LA CALMA ABSOLUTA AL MOVIMIENTO FULGURANTE ...



- EL "TACHI" ES UN SABLE MAS CURVADO QUE LA KATANA, Y SE LLEVABA COLGADO DEL CINTO CON EL FILO HORIZONTAL HACIA EL SUELO.

SABLE DE GUERRERO, ó "SAYA-MAKI-NO-TACHI."

SABLE DE CORTESANO, ó "YEFU-NO-TACHI"

-COMO VEIS HABÍA DISTINTAS CLASES DE SABLES...

-LA KATANA SE PORTABA METIDA ENTRE EL CINTURÓN Y LA CADERA CON EL FILO (CORTE) HACIA ARRIBA.

NACDA







NAKAGO (MUÑON-EMPUÑADURA)

MEKUGI-ANA (AGUJERO-PASADOR)

SORI (CURVATURA DE LA HOJA)

MUNE (DORSO OPUESTO AL FILO) (GROSOR DE LA HOJA)

SHINOGI (ARISTA)

KISSAKI (PUNTA)

MUNE-MACHI

NAGASA (LONGITUD DE HOJA)

HA (FILO Ó CORTE)

HAMON (DIBUJO DEL PULIDO DEL FILO)

YAKI-HA (TEMPLADO)

NACLA

KASHIRA (POMO)

UCHI MIMO (CORDÓN DE SEDA QUE RODEA LA EMPUÑAD.)

FUCHI (MANGUITO)

SEPPA (DELANTE Y DETRÁS DE LA TSUBA)

MENUKI SAME (PIEL)

HABAKI (PIEZA DE PROTECCIÓN DE LA HOJA)

TSUKA (EMPUÑADURA)

TSUBA (GUARDA)

SEPPA

KADZUKA-HITSU

MIMI (REBORDE)

NACDA

-LA FORMA Y DIBUJOS DE LA TSUBA ERA UNA CARACTERÍSTICA PROPIA DE CADA ESCUELA Ó RYU...

KOI GUCHI KANAGU (EMBOCADURA METÁLICA)

KOJIRI (CONTERA PROTECCIÓN)

SAGUEO (CORDÓN)

KURIKATA (PRESILLA PARA CORDÓN)

SAYA Ó NAKAGO (FUNDA - VAINA)

-VOLVEMOS A COLOCAR CADA PIEZA EN SU LUGAR Y EL SABLE QUEDA MONTADO Y DISPUESTO PARA SU EMPLEO...

-TODO PRACTICANTE QUE SE PRECIE PROCURARÁ CONSERVAR LA KATANA EN BUEN ESTADO BASTANDO PARA ELLO:

NACDA

a) ANTES DE CADA ENTRENAMIENTO, QUITAR CON UN PAÑO LOS RESTOS DE ACEITE Y POLVO DE LA HOJA.

b) NO TOCAR LA HOJA CON LOS DEDOS.

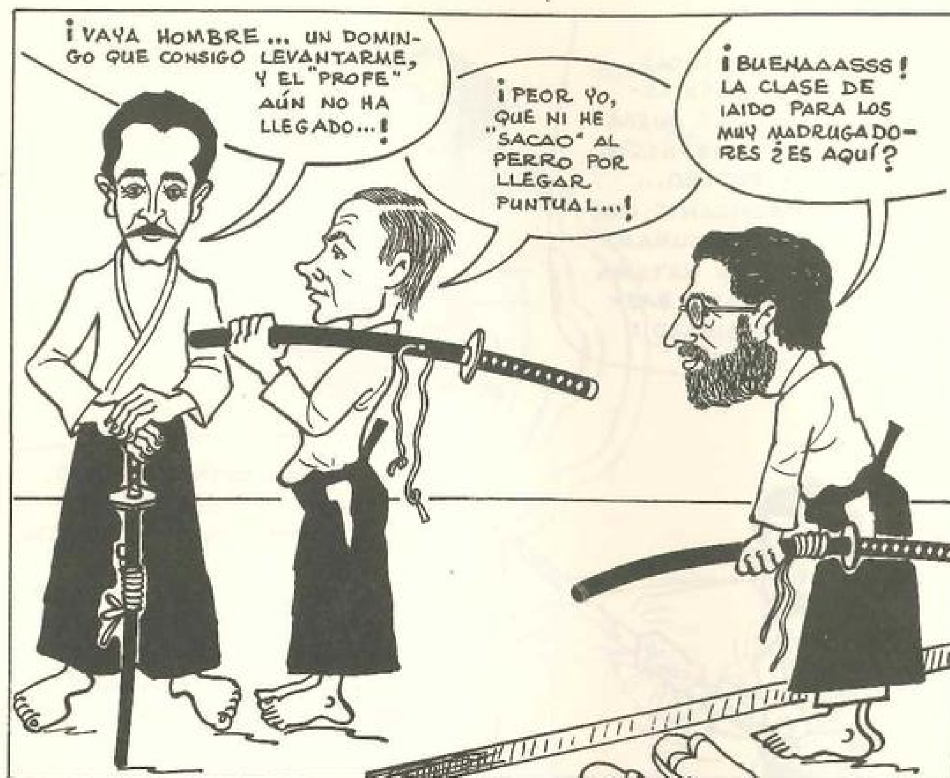
c) AL TERMINAR ENGRASAR LIGERAMENTE LA HOJA CON ACEITE VEGETAL Y ENVAINAR.

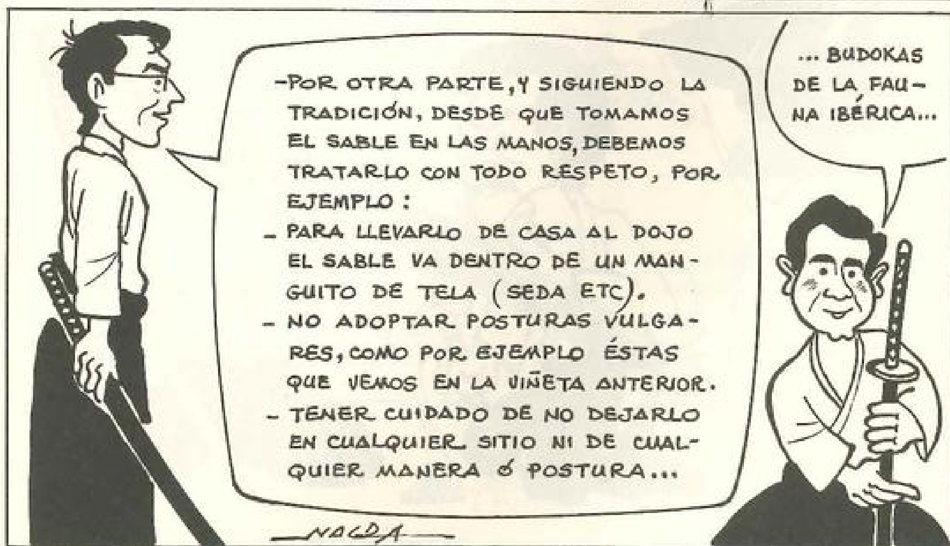
¡PERO SOBRE TODO NO INTENTAR NUNCA AFILARLA...!

RISSS

RISSS

ACEITE


¡VAYA HOMBRE... UN DOMINGO QUE CONSIGO LEVANTARME, Y EL "PROFE" AÚN NO HA LLEGADO...!
¡PEOR YO, QUE NI HE "SACAO" AL PERRO POR LLEGAR PUNTUAL...!
¡BUENAAAASSS! LA CLASE DE IAIDO PARA LOS MUY MADRUGADORES ¿ES AQUÍ?


-POR OTRA PARTE, Y SIGUIENDO LA TRADICIÓN, DESDE QUE TOMAMOS EL SABLE EN LAS MANOS, DEBEMOS TRATARLO CON TODO RESPETO, POR EJEMPLO:
- PARA LLEVARLO DE CASA AL DOJO EL SABLE VA DENTRO DE UN MANGUITO DE TELA (SEDA ETC).
- NO ADOPTAR POSTURAS VULGARES, COMO POR EJEMPLO ÉSTAS QUE VEMOS EN LA VIÑETA ANTERIOR.
- TENER CUIDADO DE NO DEJARLO EN CUALQUIER SITIO NI DE CUALQUIER MANERA Ó POSTURA...
... BUDOKAS DE LA FAUNA IBÉRICA...
NAGDA

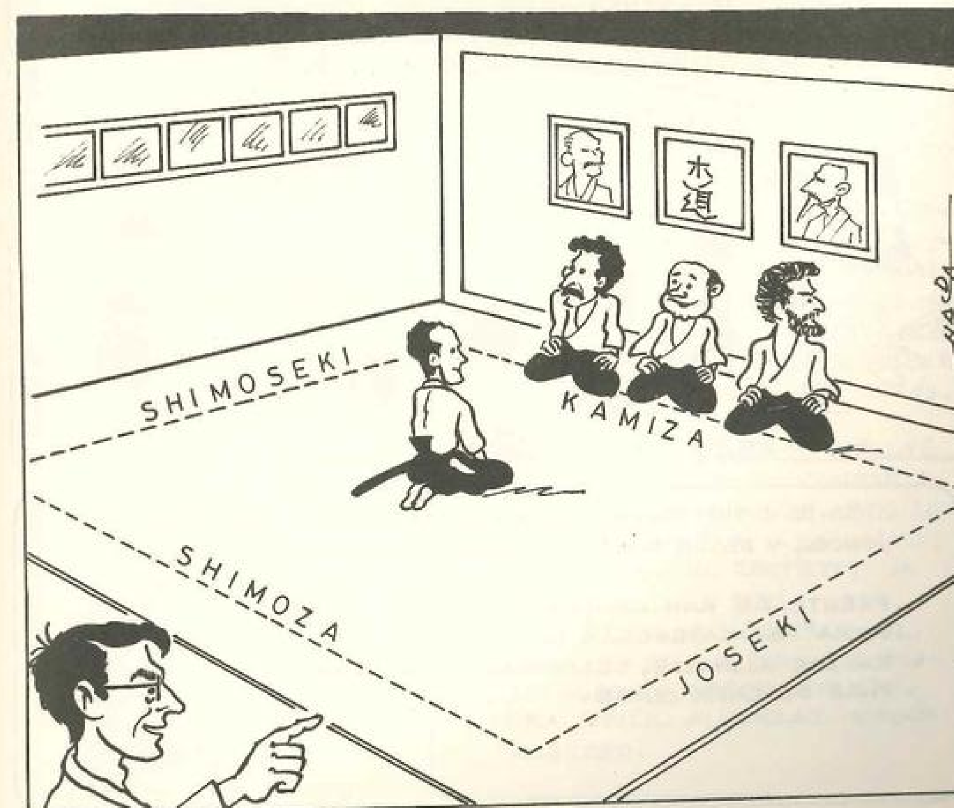

¡ATIENDE PABLO... EL SABLE EN SU FUNDA SE ENTREGA CON UN SALUDO...! ASÍ...
EL FILO HACIA TÍ, Y LA EMPUÑADURA A MI MANO DERECHA... ¡VALE...!
¡MIRA QUE SABE EL COLEGA EHH...!


... PERO EL SABLE DESENVAINADO SE ENTREGA ASÍ...
¡AAAHHH...! EL FILO HACIA TÍ, Y DEJANDO LIBRE LA EXTREMIDAD DE LA EMPUÑADURA, PARA COGERLO CON MI MANO DERECHA. ¡VALE...!
NAGDA

道場

EL DOJO

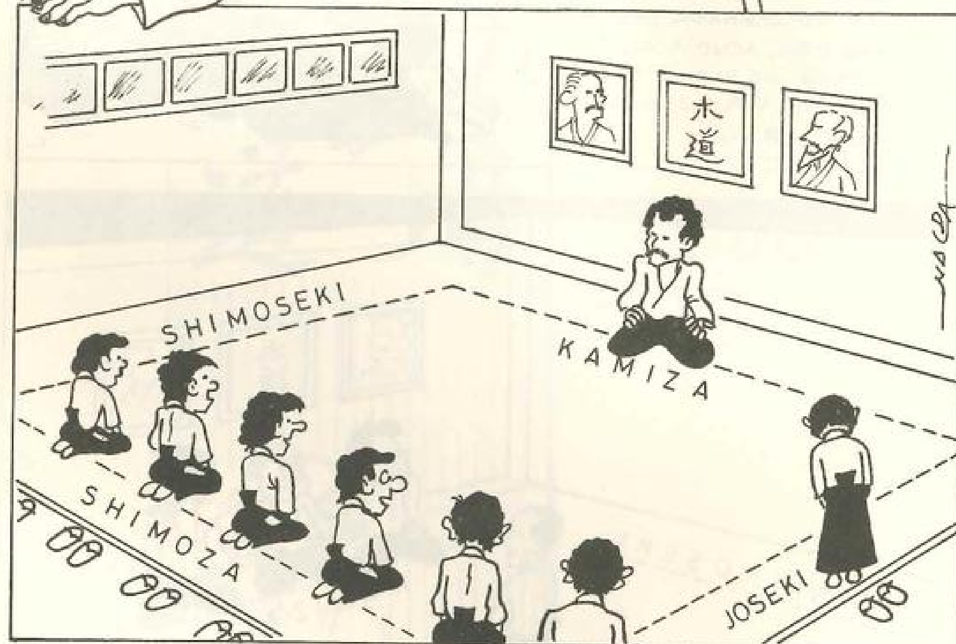

-LA PALABRA "DOJO" DESIGNA EL LUGAR (SALA) DONDE SE PRACTICA LA VÍA... (IAIDO, JUDO, ETC). ANTIGUAMENTE, LOS MONJES BUDISTAS, DIERON ESTE NOMBRE A LA SALA DONDE SE REUNÍAN CON EL MAESTRO PARA MEDITAR. EL SAMURAI, CUYA VIDA ESTABA IMPREGNADA DEL BUDISMO ZEN, ACUDÍA AL DOJO PARA MEJORAR SUS TÉCNICAS Y FORJAR SU CARÁCTER...


SHIMOSEKI
KAMIZA
SHIMOZA
JOSEKI



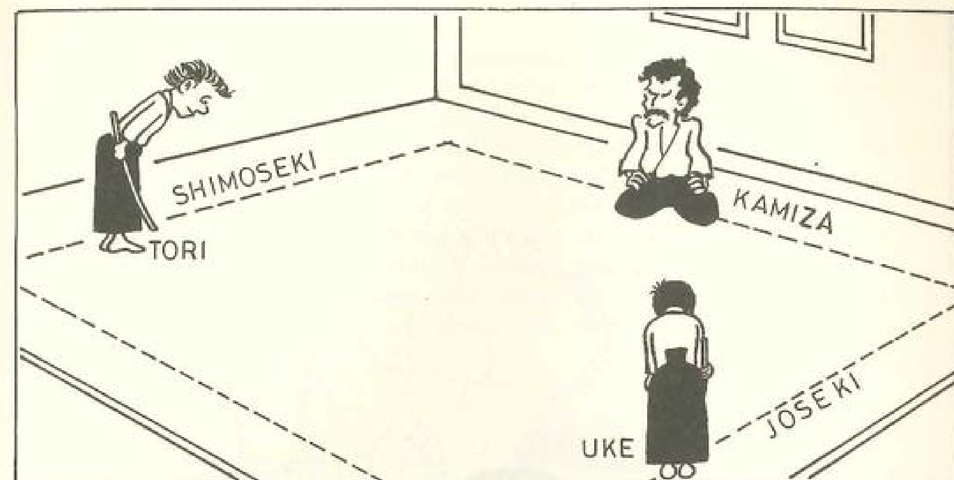
-EL DOJO ES UNA SALA CUADRADA Ó RECTANGULAR, Y CADA UNO DE SUS LADOS TIENE UN NOMBRE PROPIO, Y UNA CATEGORÍA DISTINTA.

-EL LADO PRINCIPAL ES EL "KAMIZA" DONDE SE ENCUENTRA EL ESTRADO, EL ALTAR, Y LAS FOTOGRAFÍAS Ó CALIGRAFÍAS DE LOS FUNDADORES DE ALGÚN ARTE MARCIAL...



... ES EL SITIO RESERVADO A LOS MAESTROS, VISITANTES DE HONOR, Y DESDE DONDE SE PRESENCIAN LOS KATAS...

-FRENTE AL KAMIZA (LADO OPUESTO) SE HALLA EL "SHIMOZA" DE CATEGORÍA INFERIOR, ESTÁ RESERVADO PARA LOS ALUMNOS, DESDE DONDE SALUDAN ANTES Y DESPUES DE CADA CLASE.



-A LA IZQUIERDA DEL KAMIZA, SE ENCUENTRA EL "SHIMOSEKI", Ó LADO DE LOS ALUMNOS DE MENOR CATEGORIA, Y A LA DERECHA EL "JOSEKI", Ó LADO DE LOS ALUMNOS DE GRADO MÁS ALTO.

-PARA REALIZAR LOS KATAS POR PAREJAS, TORI ENTRA EN EL DOJO POR EL LADO SHIMOSEKI, Y UKE POR EL LADO JOSEKI, Y AMBOS SALUDAN HACIA EL KAMIZA.



-ANTES DE ENTRAR Ó SALIR DEL DOJO, LO CORRECTO ES SALUDAR HACIA EL KAMIZA, CON EL SABLE EN LA MANO DERECHA SUJETO POR LA TSUBA Y EL FILO HACIA ATRÁS.

LA ATMÓSFERA DEL DOJO INFLUYE PODEROSAMENTE EN EL COMPORTAMIENTO DE LOS ALUMNOS, POR LO QUE DEBE INVITAR A LA CALMA, EL SILENCIO, EL RESPETO, LA CONCENTRACIÓN, ETC.
SI NO SABEMOS RESPETAR EL LUGAR EN EL QUE DECIMOS BUSCAR NUESTRO MEJORAMIENTO, SERÁ DIFICIL ALCANZAR NINGÚN PROGRESO.

BUDO SEISHIN

(Espiritu Budo)

NALDA

- ¡ LO PRIMERO, LA ROPA ADECUADA... ! LA PRÁCTICA DEL IAIDO NORMALMENTE SE REALIZA PRESCINDIENDO DEL PANTALÓN, POR ESO, LA CHAQUETA HA DE SER BASTANTE LARGA, SUJETANDO LAS DOS SOLAPAS CON UNA ATADURA, Y LA CINTURA CON UNA FAJA, MAS ANCHA Y LARGA QUE EL CINTURÓN NORMAL, YA QUE ÉSTE NO SIRVE PARA SUJETAR LA VAINA DEL SABLE EN LA CADERA...

- LAS MANGAS SERÁN CORTAS PARA EVITAR QE PUEDA INTRODUCIRSE...

...LA EMPUÑADURA POR LA BOCAMANGA.
AL ATAR LA HAKAMA PROCURAR QUE NO CUELGUEN LAZOS, Ó LOS EXTREMOS DE LA CINTA QUE DEBERÁN SUJETARSE A CADA LADO DE LA CINTURA, PARA QUE EL SABLE NO SE ENREDE EN ELLOS...

NALDA



-EN IAIDO, CUALQUIERA QUE SEA LA POSTURA QUE SE ADOPTE, SERÁ CORRECTA COMO BASE INDISPENSABLE PARA QUE LOS GESTOS SEAN ASÍMISMO EFICACES, SOBRIOS Y CORRECTOS.
LA ESPALDA Y LA CABEZA VERTICALES, REPOSANDO SOBRE EL "HARA" LIGERAMENTE CONTRAIDO, EL RESTO DEL CUERPO SEMIRRELAJADO EN SITUACIÓN DE DISPONIBILIDAD INMEDIATA, SIN OLVIDAR QUE LAS CADERAS IMPULSAN TODOS LOS MOVIMIENTOS.
LA POSTURA INDICA EL GRADO DE CONCENTRACIÓN DEL PRACTICANTE.







"METSUKE" = La mirada.

-LA MIRADA REVELA CON CLARIDAD EL ESTADO DE ÁNIMO DE LA PERSONA. EN SEIZA Ó TATEIZA SE MIRA AL FRENTE COMO SI HUBIERA UNA PERSONA A DOS METROS DE DISTANCIA...

- EN TACHI-WAZA COMO SI SE MIRASE AL "OTRO IMAGINARIO" A UNOS TRES METROS DE DISTANCIA...
SE MIRA DE IGUAL MANERA QUE SI SE VIERA APARECER ADVERSARIOS POR DELANTE, Ó DETRAS, ETC. TRATANDO DE OBTENER UNA VISIÓN GLOBAL.



¡KIIAAAA

¿POR DÓNDE...?
¿POR DÓNDE...?



LA MIRADA HA DE SER VIVA Y PENETRANTE, COMO SI REALMENTE VIERA A UN ATACANTE, Y DEBE PRECEDER A CADA ACCIÓN DEL KATA.
LA MIRADA REVELARÁ A LOS OBSERVADORES, EL GRADO DE CONCENTRACIÓN, Y CONOCIMIENTO REAL DEL KATA QUE SE ESTÁ REALIZANDO...

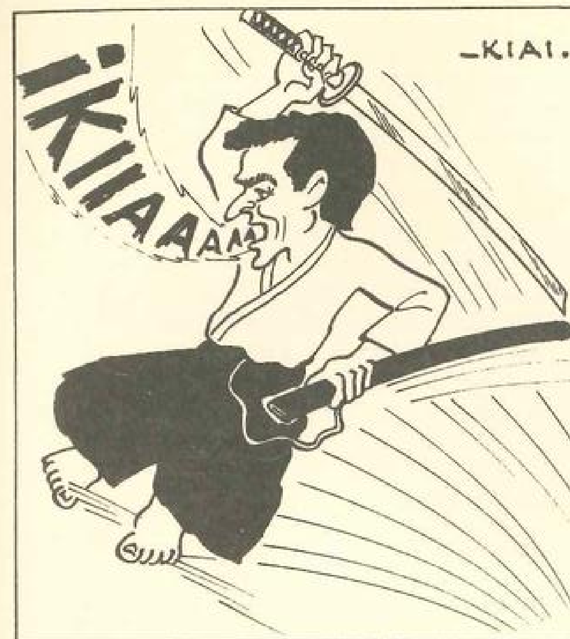


-VISUALIZACIÓN.

-ANTES Y DURANTE EL KATA VISUALIZAMOS MENTALMENTE CADA ACCIÓN DEL ADVERSARIO.
ESTA VISUALIZACIÓN HA DE SER TAN INTENSA QUE SE MANIFIESTE A TRAVÉS DE LOS OJOS CUYA MIRADA SE COMPORTA COMO SI REALMENTE EXISTIERA UN ENEMIGO.

-MA-AI. LA VISUALIZACIÓN MENTAL DEL ADVERSARIO NOS AYUDARÁ A REALIZAR LAS ACCIONES CON EL SENTIDO DE LA DISTANCIA (TIEMPO-ESPACIO) CORRECTA DE PARAR UN ATAQUE, ANTICIPARSE Ó CONTRAATACAR, SOBRE TODO AL PRINCIPIO, EN EL MOMENTO DEL DESEQUILIBRIO PREVIO A KIRI-TSUKE.





-KIAI.

-ES SABIDO QUE EL "KIAI" AYUDA A REUNIR ENERGÍAS, ACTUAR CON RAPIDEZ, PARALIZAR Ó ASUSTAR AL ADVERSARIO, ETC. ETC.
ESTE GRITO POTENTE Y BREVE, CONSTITUYE UNA EXPLOSIÓN DE LA ENERGÍA CONCENTRADA EN EL CUERPO Y LA MENTE.
LAS FASES PROPIAS DEL KIAI SON: "NUKI-TSUKE" Y KIRI-TSUKE"...



-HARA.

-EL IAIDO REQUIERE UN CIERTO DOMINIO DE LA CONCENTRACIÓN EN EL HARA, GRACIAS A LA CUAL SE LOGRA LA CALMA, EL AUTODOMINIO, EL VALOR Y LA DECISIÓN.
ESTE CONTROL DEL HARA FACILITA LA FUERZA, LA EFICACIA Y LA ESPONTANEIDAD DE LA ACCIÓN JUSTA EN TIEMPO, ESPACIO Y RITMO...

– ZANSHIN.

PERMANECER NEUTRALES Y EN CALMA, LIBRES DE TODA EMOCIÓN, DESEO, Ó IDEA PRECONCEBIDA, CON UNA TOTAL DISPONIBILIDAD FÍSICA Y MENTAL.
ESTAR CONCENTRADO, Y ALERTA EN TODO EL TIEMPO DEL KATA, INCONSCIENTEMENTE, PARA QUE LA ACCIÓN SURJA LIBRE DE LA INFLUENCIA DEL PENSAMIENTO Ó DE LAS EMOCIONES.
"MUNEN-MUSHIN" ES EL ESTADO DE LA MENTE ORIGINAL, DESLIGADA DEL EGO, Y DE TODA EMOCIÓN Y DESEO, PERMITIÉNDOLE REACCIONAR DE IDÉNTICA MANERA QUE EL ESPEJO QUE REFLEJA INSTANTÁNEAMENTE LA IMAGEN DEL OBJETO QUE APARECE FRENTE A ÉL, PERO SÓLO ES POSIBLE ACTUAR ASÍ UNA VEZ SUPERADA LA FASE TÉCNICA DE LOS KATAS...

¡CARAY, QUÉ SANGRE FRÍAAA...!

¡SI SUPIERAS QUE NO ME HE MOVIDO PORQUE SE ME HAN DORMIDO LAS PIERNAS...!

SSSWWWIIIISSSSS

NALDA

– KOKYU. (LA RESPIRACIÓN).

– CONTROLAR LA RESPIRACIÓN ABDOMINAL SIGNIFICA TOMAR CONSCIENCIA DE SÍ MISMO, ELEVAR EL TONO MUSCULAR, CONCENTRARSE, SER MAS RECEPTIVO, Y REALIZAR CADA ACCIÓN CON LOS PULMONES LLENOS, EXPULSANDO EL AIRE, EN PERFECTA ARMONÍA CON LOS MOVIMIENTOS.

GENERALMENTE EN CADA FASE DEL KATA SE PROCEDE ASÍ:

– *ZANSHIN*: INSPIRACIÓN LENTA, PROFUNDA, ABDOMINAL... Y BREVE RETENCIÓN DEL AIRE...



– *NUKI-TSUKE*: ESPIRACIÓN PARCIAL LENTA-BRUSCA...

– *SEME*: ESPIRAR EL RESTO DEL AIRE...



– *FURIKABUTE*: INSPIRACIÓN ABDOM.

– *KIRI-TSUKE*: ESPIRACIÓN BRUSCA...

– *CHIBURI*: ESPIRACIÓN LENTA... PARCIAL...

– *NOTO-TSUKE*: (AL FINAL DE...) ESPIRACIÓN LARGA FORZADA...

NALDA

-HYOSHI. (EL RITMO).

-LA EJECUCIÓN DE LOS KATAS DE IAIDO SE SUCEDE A DIFERENTES RITMOS QUE SE ALTERNAN EN PERFECTA ARMONÍA, SIN CAMBIOS BRUSCOS.
SE DISTINGUEN CINCO TIEMPOS, SI ANALIZAMOS LA VELOCIDAD Y DURACIÓN DE CADA FASE DEL KATA - AUNQUE NO TAXATIVAMENTE - LAS ACCIONES SE DESARROLLARÍAN MAS Ó MENOS ASÍ:

-*ZANSHIN*: ACCIÓN DENTRO DE LA CALMA...



-*NUKI-TSUKE*: LENTO AL PRINCIPIO, RÁPIDO AL FINAL (LARGO)

-*SEME*: BREVE PAUSA PARA DESEQUILIBRAR... (CORTO)



-*FURIKABUTE*: VELOCIDAD NORMAL AL SUBIR (CORTO)
-*KIRI-TSUKE*: ACELERACIÓN PROGRESIVA AL BAJAR... (CORTO)



-BREVE PAUSA...

-*CHIBURI*: LENTAMENTE AL SUBIR, BRÚSCAMENTE AL BAJAR (LARGO-CORTO)

-SIN PAUSA...



-*NOTO-TSUKE*: LENTAMENTE AL ACERCAR EL SABLE A LA FUNDA... ENVAINAR CON RAPIDEZ HASTA LA MITAD...
Y CON LENTITUD LA ÚLTIMA PARTE DE LA HOJA... (LARGO)





-KI-KEN-TAI-NO-ICHI.

-EN IAIDO CADA GESTO Y CADA MOVIMIENTO SON RESULTADO DE LA ARMONÍA Y UNIDAD ABSOLUTA ENTRE LA MENTE, EL CUERPO, EL KI Y EL SABLE.
EL GOLPE, EL KIAI, EL PIE CONTRA EL SUELO Y EL DESPLAZAMIENTO Ó AVANCE DEL TRONCO, TODO AL MISMO TIEMPO.
LA MAESTRÍA NO ES OTRA COSA QUE EL DOMINIO DE ESTAS ACCIONES COORDINADAS...

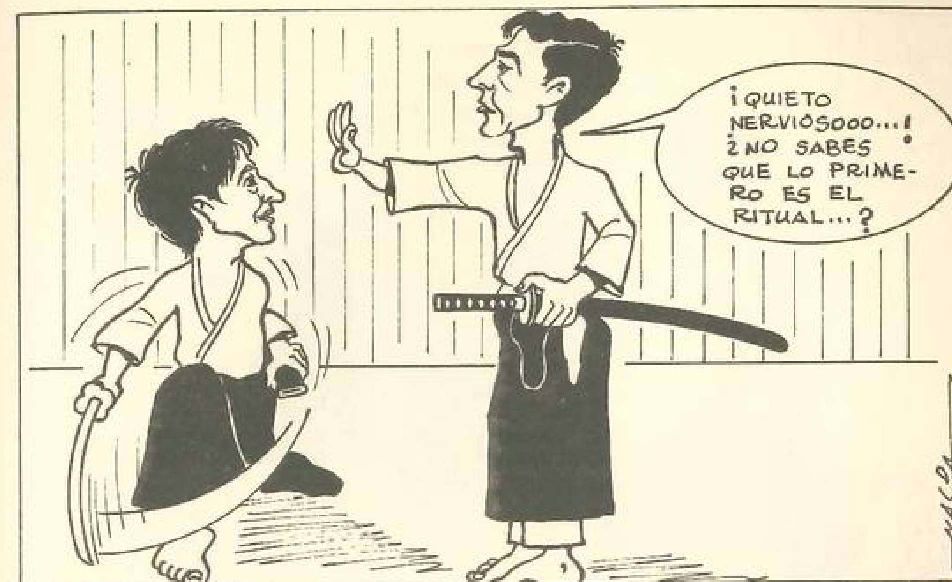
-YOMI- (INTUICIÓN)

-EN LA EPOCA FEUDAL ERA MUY IMPORTANTE POSEER ESTE "SEXTO SENTIDO".
HOY SIGUE SIENDO NECESARIO UN CIERTO GRADO DE INTUICIÓN, Y AUNQUE SE DICE QUE ES UNA FACULTAD INNATA, NO ES MENOS CIERTO QUE PUEDE MEJORARSE CON LA PRÁCTICA CONSTANTE...

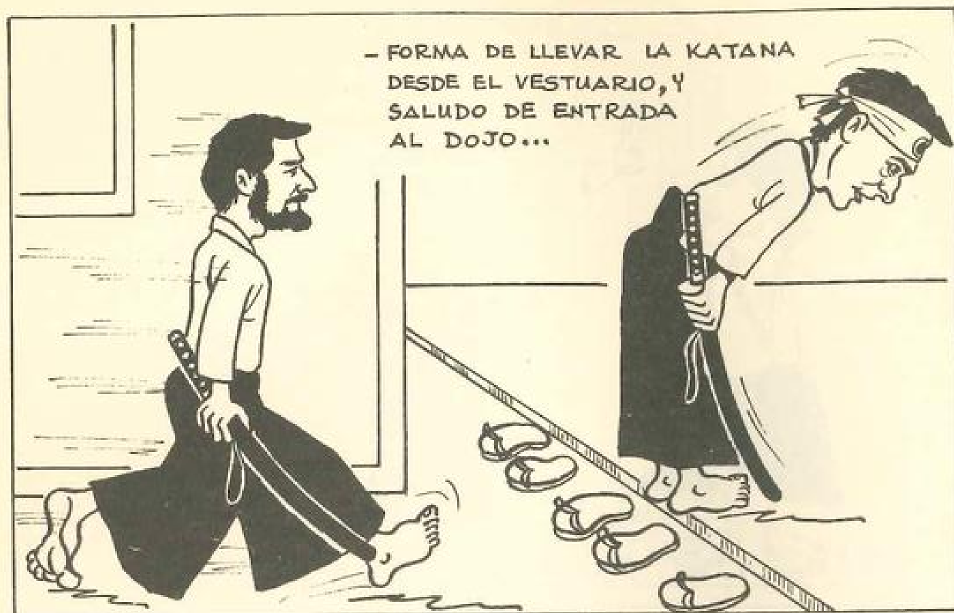


REI
(La Etiqueta)











– DESDE TACHI-WAZA PASAMOS A LA POSICIÓN "SEIZA"...

... RETROCEDIENDO EL PIE IZQUIERDO, SEPARANDO LA HAKAMA DE LA ENTREPIERNA IZQUIERDA, Y APOYANDO LA RODILLA EN EL SUELO...

... SEPARAMOS LA HAKAMA DE LA ENTREPIERNA DERECHA, APOYANDO LA RODILLA EN EL SUELO, ALINEADA CON LA IZQUIERDA...

... CON UNA SEPARACIÓN IGUAL A DOS PUÑOS...

EL DEDO GORDO DEL PIE DERECHO, SOBRE EL DEDO GORDO DEL PIE IZQUIERDO.

— YA ESTAMOS EN "SEIZA", DESDE CUYA POSICIÓN, SALUDAMOS AL PROFESOR ANTES, Y DESPUES DE TERMINAR LA CLASE ...

1

2

... PASANDO PREVIAMENTE EL SABLE AL LADO DERECHO Y DEJÁNDOLO EN EL SUELO DE ESTE MODO ...

3

4

... AHORA SALUDAMOS APOYANDO PRIMERO LA MANO IZQUIERDA, Y DESPUES LA DERECHA ...

5

6

7

— ANTES DE INICIAR UNA SERIE DE KATAS SE SALUDA AL SABLE ...

ESTE SALUDO SE LLAMA: "TO-REI"

EL FILO HACIA EL KAMIZA ...

1

2

3

30°

... LO DEJAMOS EN EL SUELO DELANTE DE LAS RODILLAS FORMANDO UN ÁNGULO DE 30° ...

... PRIMERO LA MANO IZQUIERDA ...

4

5

6

... EN LA ESCUELA MUSO SHINDEN, EL FILO HACIA EL KAMIZA ...

... Y AHORA A LA CINTURA ...

7

8

9

– CUANDO SE ENTREGA EL SABLE ENVAINADO A UN MAESTRO PARA QUE LO EXAMINE, Ó BIEN SE LE OFRECE POR CUALQUIER OTRO MOTIVO, ADOPTAREMOS LA POSTURA SEIZA...

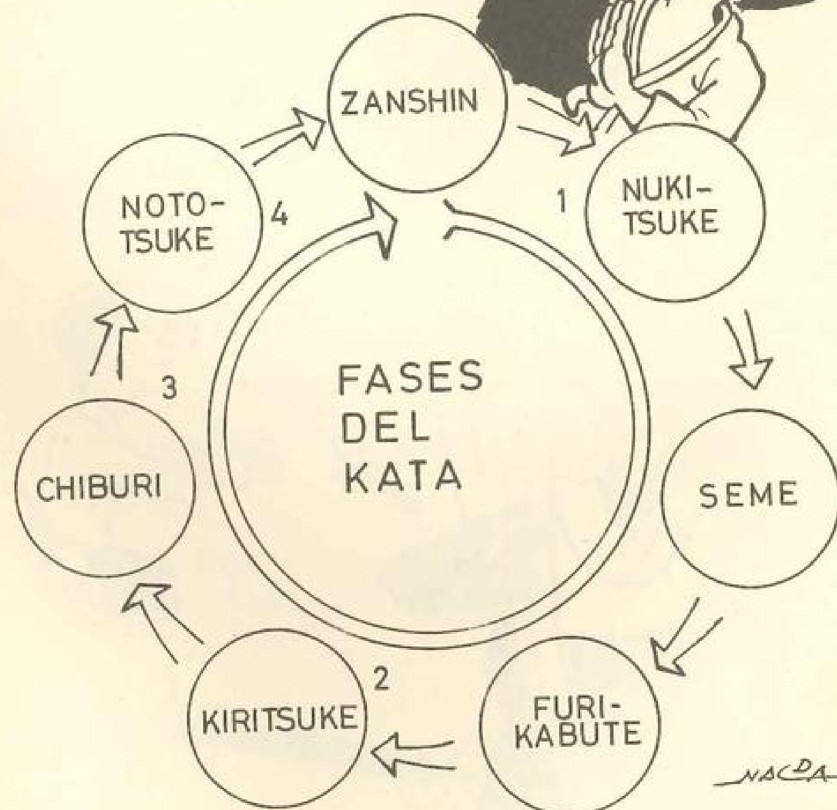
... DEJANDO EL SABLE EN EL SUELO CON EL FILO HACIA EL QUE LO ENTREGA, (NUNCA HACIA EL QUE LO RECIBE), Y DESPUES DEL SALUDO "ZAREI", SE RECOGE Y SE ENTREGA EMPUÑÁNDOLO COMO SE VE EN EL DIBUJO...

NALDA

LA TECNICA DEL KATA

-CASI TODOS LOS KATAS DE IAIDO SE COMPONEN DE LA MISMA SERIE DE MOVIMIENTOS Ó FASES, QUE SE SUCEDEN SIEMPRE EN EL MISMO ORDEN SEGÚN ESTE ESQUEMA :

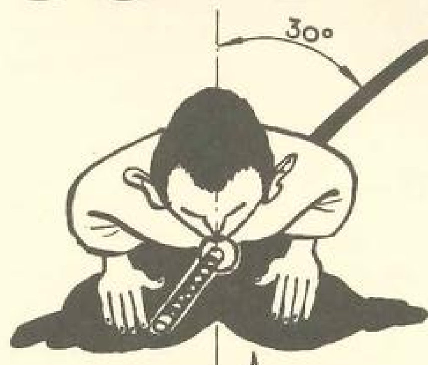
... DESPUES VEREMOS CADA UNO DE ESTOS GESTOS DETALLADAMENTE...



-NUKI-TSUKE. (DESENVAINAR)



-EL KATA EMPIEZA DESDE LA POSICIÓN "SEIZA" EN ACTITUD VIGILANTE (ZANSHIN).
EL SABLE EN LA CADERA IZQUIERDA, FORMA UN ÁNGULO DE 30º CON EL EJE DEL CUERPO DE MODO QUE LA EMPUÑADURA CRUZA Y PROTEGE EL ABDOMEN, ADEMÁS DE QUEDAR MAS CERCA DE LA MANO DERECHA.



NUKI-TSUKE EXIGE REALIZAR UN CIERTO NÚMERO DE ACCIONES SIMULTÁNEAS QUE VOY A INTENTAR DESCRIBIR CON LA MÁXIMA CLARIDAD...

¡PERO SOBRE TODO: "ZANSHIN", SIEMPRE "ZANSHIN"... !



-NUKI-TSUKE. ACCIONES SIMULTANEAS.

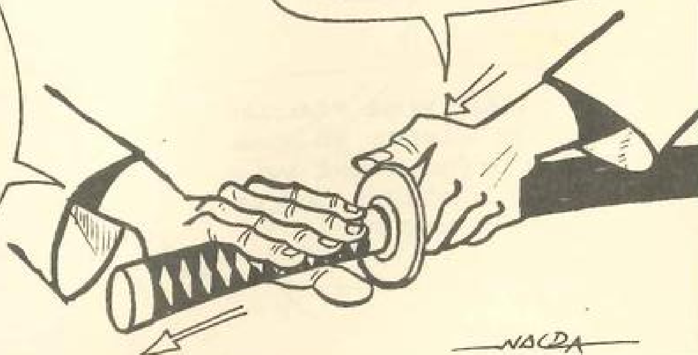
UNA Ó DOS ESPIRACIONES FUERTES Y CORTAS.

ENDEREZAR EL CUERPO APROXIMANDO LAS RODILLAS.

NO BAJAR LA EMPUÑADURA AL COGERLA CON LA MANO DCHA.

NO AGARRAR CON TODOS LOS DEDOS AL EMPEZAR A DESENVAINAR.

APOYAR LOS DEDOS DE LOS PIES EN EL SUELO.



NUKI-TSUKE

-AL EMPEZAR A DESENVAINAR, EL POMO DE LA EMPUÑADURA SE DIRIGE HACIA EL ADVERSARIO.

-LOS PRIMEROS 25 cms. DE HOJA SALEN CON EL FILO HACIA ARRIBA, DESPUÉS LA MANO IZQUIERDA HACE GIRAR LA FUNDA HACIA EL EXTERIOR PONIÉNDOLA PLANA U HORIZONTAL.

...EEEIIIIIT...

-EL PIE DERECHO (Ó IZQUIERDO) DA UN PASO ADELANTE (AL MISMO TIEMPO QUE EL SABLE) Y GOLPEA EL SUELO CON TODA LA PLANTA...

¡PLAS!

NACDA

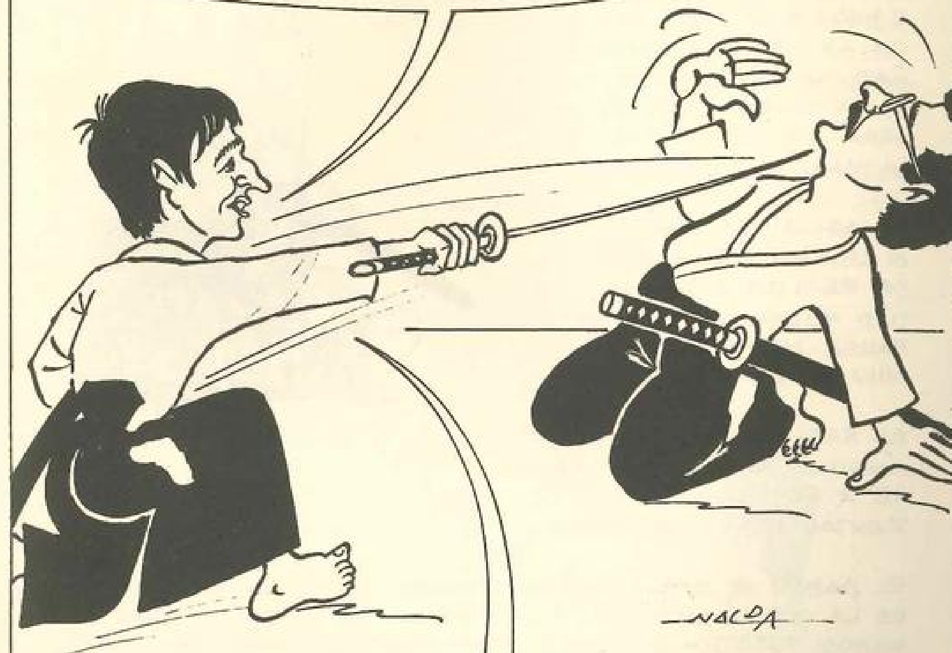
-DESENVAINAR SUAVEMENTE AL PRINCIPIO, UN POCO MÁS RÁPIDO A PARTIR DE LA MITAD DE LA HOJA, Y CON LA MÁXIMA VELOCIDAD LOS ÚLTIMOS CENTÍMETROS DEL SABLE.

-AL TERMINAR DE SALIR EL SABLE, LA MANO Y EL HOMBRO IZQUIERDO SE LLEVAN HACIA ATRÁS DE MANERA QUE QUEDAN CASI OCULTOS AL FRENTE...

-NO CRUZAR LA PIERNA IZQUIERDA AL AVANZAR LA DERECHA. AMBAS DEBEN PERMANECER PARALELAS ENTRE SÍ, Y AL FRENTE PARA NO PERDER POTENCIA Y SOLTURA EN LA ACCIÓN...

NALDA

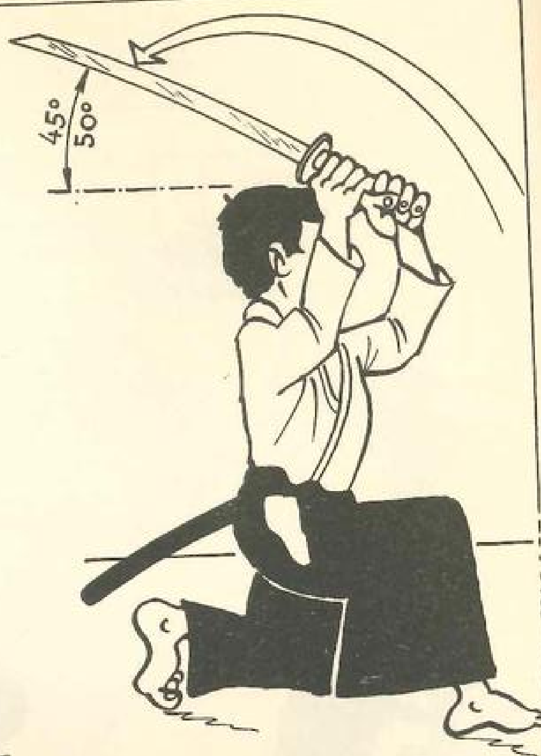
-SEME. (LA AMENAZA Y EL DESEQUILIBRIO).



-AL FINAL DE NUKI-TSUKE LA AMENAZA SIRVE PARA DESEQUILIBRAR AL ADVERSARIO, EMPUJÁNDOLE CON LA PUNTA DEL SABLE SOBRE LA CARA Ó LA GARGANTA, ESTIRANDO EL TRONCO Y EL BRAZO HACIA ADELANTE AVANZANDO UN POCO LA RODILLA QUE SE APOYA EN EL SUELO.
LA ACCIÓN DE SEME ES NECESARIA PARA PASAR A LA SIGUIENTE "FURIKABUTE".

-FURIKABUTE.

(ARMAR EL SABLE)

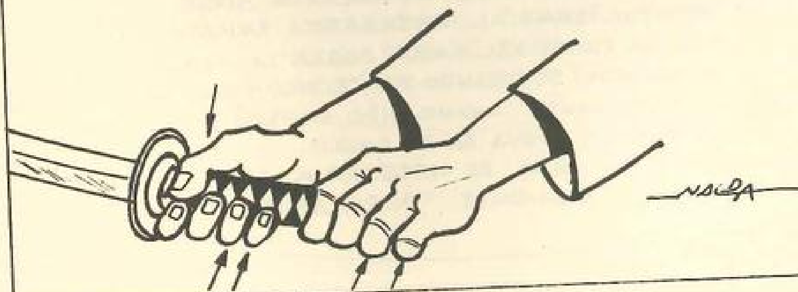


-MANTENER EL CUERPO BIEN DERECHO, FLEXIONAR EL CODO DERECHO Y DIRIGIR LA HOJA HACIA ARRIBA, LA EMPUÑADURA POR ENCIMA DE LA CABEZA DONDE SERÁ AGARRADA POR LA MANO IZQUIERDA.

LA ACCIÓN DE ARMAR Ó LEVANTAR EL SABLE SE REALIZA A VELOCIDAD MODERADA Y SIN PAUSA DESPUES DE NUKI-TSUKE Y SEME.

EL SABLE FORMARÁ UN ÁNGULO APROXIMADO DE 45° ÷ 50° CON LA HORIZONTAL SOBRE LA CABEZA.

EL SABLE SE EMPUÑA SIN CRISPACIÓN. LA MANO IZQUIERDA ES LA QUE LO SOSTIENE, Y LA DERECHA LO DIRIGE. AMBAS MANOS SUJETAN EL SABLE PRINCIPALMENTE CON TRES DEDOS EL PULGAR, EL ANULAR Y EL MEÑIQUE...



-KIRI-TSUKE. (CORTAR)



-ES INDISPENSABLE PARTIR DE UNA POSTURA CORRECTA: EL CUERPO BIEN VERTICAL, LA TENSIÓN EN EL HARA, LOS HOMBROS RELAJADOS, LA FUERZA EN LAS CADERAS, AMBAS PIERNAS BIEN VERTICALES Y PARALELAS ENTRE SÍ, EL TALÓN IZQUIERDO CERCA DEL SUELO...

UN KIAI- ESPIRACIÓN ACOMPAÑARÁ LA ACCIÓN DE LOS BRAZOS EN ACELERACIÓN PROGRESIVA DE PRINCIPIO A FIN...



... EN CUYO MOMENTO EL SABLE ES FRENADO POR LA ACCIÓN DE LAS MANOS QUE ROTAN Ó GIRAN UN POCO HACIA EL INTERIOR.

EL GOLPE NO ES VERTICAL DE ARRIBA-ABAJO SINO DE ATRÁS-ADELANTE.

-CHIBURI.
(LIMPIAR EL SABLE)

-EL SABLE QUEDA EN LA MANO DERECHA QUE LO ELEVA CON LA HOJA HACIA ATRÁS, HASTA LA ALTURA DE LA CABEZA, EL BRAZO EN LÍNEA CON LOS HOMBROS SIN LLEVAR EL CODO ADELANTE.

AL MISMO TIEMPO QUE NOS INCORPORAMOS, CON UN MOVIMIENTO...

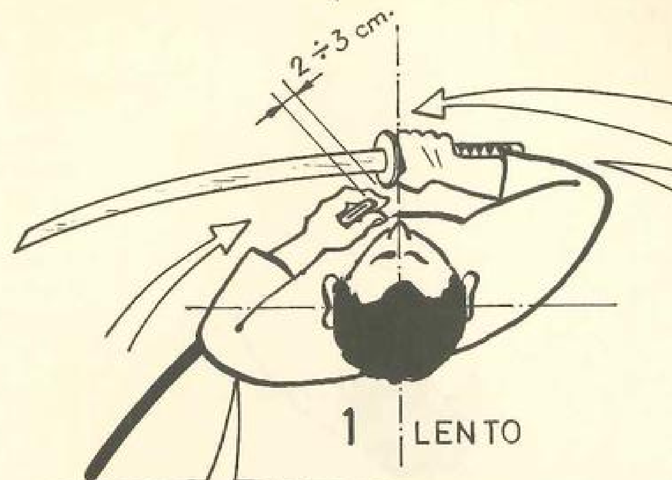




... VIVO HACEMOS BAJAR EL SABLE DESCRIBIENDO UN ARCO HACIA EL EXTERIOR FRENÁNDOLO BRÚSCAMENTE AL LLEGAR A LA LÍNEA DE LA PIERNA ADELANTADA.
AHORA ADELANTO EL PIE ATRASADO HASTA LA ALTURA DEL OTRO SIN SOBREPASARLO, Y ATRASO EL QUE ESTABA DELANTE MANTENIENDO LAS PIERNAS SEMIFLEXIONADAS...

NACDA

-NOTO- (ENVAINAR)



AL MISMO TIEMPO, LA DERECHA LLEVA EL CANTO GRUESO DEL SABLE Y LA TSUBA (HORIZONTAL) CERCA DE LA MANO IZQUIERDA.

-LA MANO IZQUIERDA MANTIENE LA FUNDA CONTRA LA CADERA, Y LA LLEVA AL CENTRO DEL ABDOMEN EN POSICIÓN CORRECTA PARA ENVAINAR...



CONSERVANDO EL CONTACTO CON LA CADERA LLEVA LA FUNDA ATRÁS SIN ABRIR LOS DEDOS Y LA COLOCA HORIZONTAL Ó PLANA.

LA MANO DERECHA CON LA EMPUÑADURA AL FRENTE SE SEPARA DEL CUERPO ADELANTE Y UN POCO A LA DERECHA CON LA HOJA DEL SABLE HORIZONTAL.

NACDA

-CUANDO LA PUNTA ESTÁ FRENTE A LA EMBOCADURA, SE EMPUJA EL CODO IZQUIERDO ADELANTE PARA ENVAINAR.
NO ES CORRECTO ABRIR LOS DEDOS Y SERVIRSE DE ELLOS PARA GUIAR LA PUNTA DEL SABLE.

-EL ÍNDICE Y PULGAR DE LA MANO DERECHA SUJETAN LA EMPUÑADURA Y EMPUJAN EL SABLE...

3

... AL PRINCIPIO RÁPIDO, DESPUES MAS DESPACIO HASTA QUE RESTAN UNOS 25 cm. POR ENTRAR EN CUYO MOMENTO EL SABLE Y LA FUNDA GIRAN HASTA LA VERTICAL -EL FILO HACIA ARRIBA- ENFUNDANDO DESPACIO HASTA EL FINAL CONSERVANDO LA ACTITUD ZANSHIN...



MUSO SHINDEN RYU









PROGRAMA DE KATAS MUSO SHINDEN RYU

MUSO SHINDEN RYU	SHODEN, ú OMORI RYU *SHO = COMIENZO.* *DEN = INICIACIÓN, TRADICIÓN.*	1ª SERIE DE 12 KATAS. *(CADA UNO DE ELLOS RE-FLEJA UNA SITUACIÓN REAL DE COMBATE).*
	CHUDEN (EISHIN RYU) *CHU = GRADO MEDIO*	2ª SERIE DE 10 KATAS.
	OKUDEN *OKU = PROFUNDO, SUPERIOR, MADUREZ.*	3ª SERIE DE 21 KATAS.

-VAMOS A INICIAR LA DESCRIPCIÓN DE LOS KATAS "OMORI-RYU" Ó "SHODEN", SEGÚN EL ORDEN DE APRENDIZAJE ESTABLECIDO POR LOS EXPERTOS.
TODA DEMOSTRACIÓN DE IAIDO COMIENZA Y TERMINA CON LOS SALUDOS QUE YA CONOCE EL LECTOR.
PREVIAMENTE SE EXPLICARÁ LA SITUACIÓN REAL DE COMBATE QUE REPRESENTA CADA KATA, PARA QUE TENGAN SENTIDO TODOS LOS MOVIMIENTOS.





1ª SERIE DE KATAS

大森流

OMORI RYU

1 SHOHATTO
2 SATO
3 UTO
4 ATARITO
5 IN-YO SHINTAI
6 RYUTO
7 JUNTO
8 GYAKUTO
9 SEITSUTO
10 KORANTO
11 GYAKUTE IN-YO
12 BATTO (NUKI UCHI)

-YA SEA DURANTE EL ENTRENAMIENTO, Ó EN DEMOSTRACIÓN OFICIAL, DE LOS KATAS DE "OMORI-RYU", SE SUPONE QUE EL ATAQUE PROCEDE SIEMPRE DEL LADO DEL KAMIZA, POR LO QUE AL PRINCIPIO DE CADA KATA, SE ADOPTARÁ RESPECTO A DICHO LADO, LA POSICIÓN QUE SE INDICA EN ESTOS ESQUEMAS:

KAMIZA

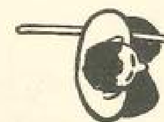




-SHOATTO
-IN YO SHINTAI.
-GYAKUTO.
-KORANTO.
-IN YO SHINTAI KAE WAZA.
-BATTO.

KAMIZA





-SATO.
-RYUTO.
-JUNTO.





-UTO.
-SEICHUTO.





-ATARITO.



-1- SHOATTO. EL ATAQUE VIENE DEL FRENTE

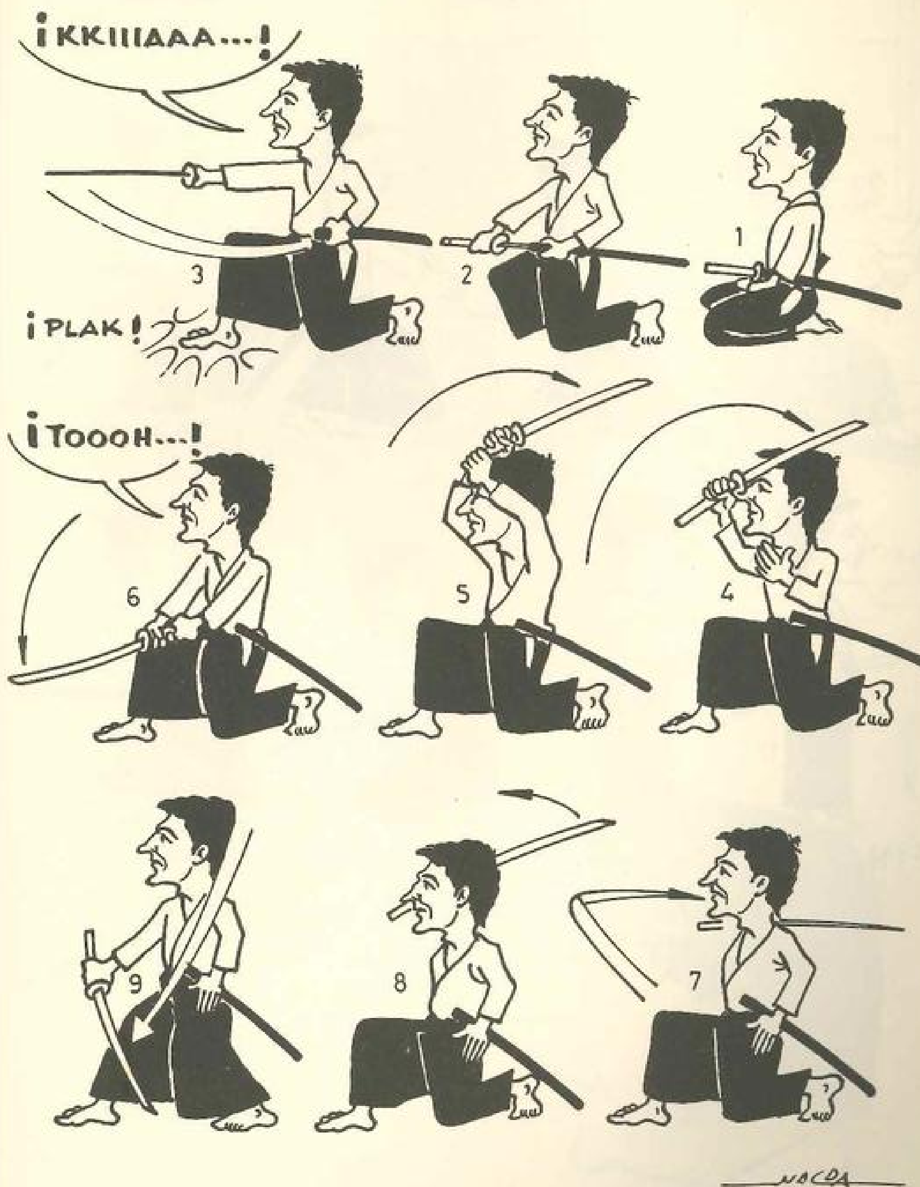


-UKE FRENTE A TORI EN POSTURA SEIZA.

EN UN MOMENTO DADO UKE DESCUBRE SU INTENCIÓN DE ATACAR POR SORPRESA.

EN EL MISMO INSTANTE, TORI SE ANTICIPA REALIZANDO SHOATTO.

SHOATTO







FIN.

AL INCORPORARME ADELANTO EL PIE DERECHO.



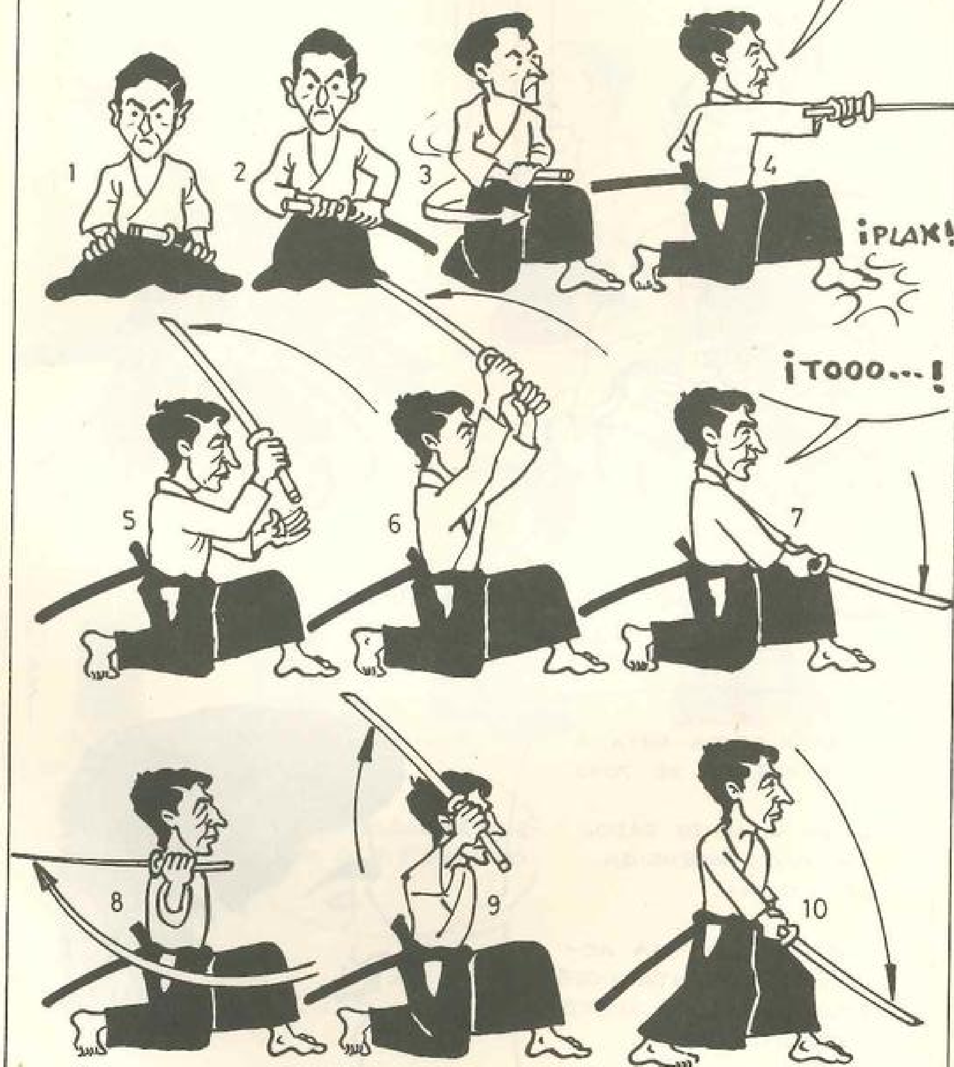
- 2. SATO. EL ATAQUE VIENE DEL LADO IZQUIERDO.

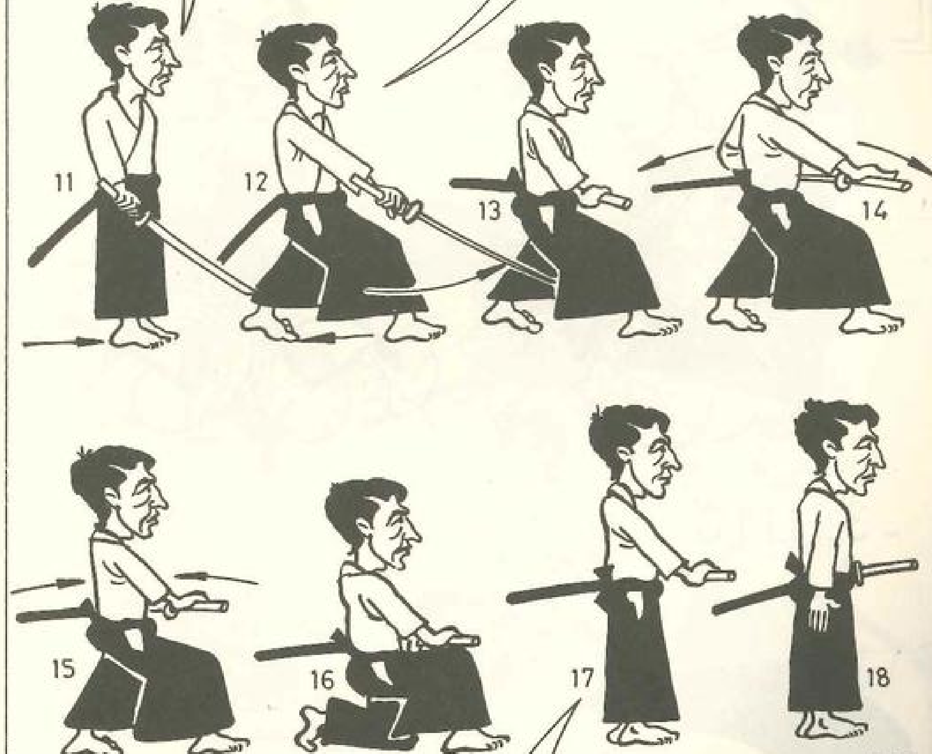
-UKE EN SEIZA ESTÁ A LA IZQUIERDA DE TORI.

EN UN MOMENTO DADO, UKE HACE INTENCIÓN DE ATACAR.

TORI PERCIBE ESA ACCIÓN Y ADELANTÁNDOSE GIRA HACIA SU IZQUIERDA Y REALIZA SATO.




-SATO.
¡ EEEIIII...!
¡PLAK!
¡TOOO...!
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
NALDA


SATO
ADELANTO EL PIE DERECHO.
ATRASO EL PIE IZQUIERDO.
11
12
13
14
15
16
17
18
AL INCORPORARME ADELANTO EL PIE IZQUIERDO.
-FIN.
NALDA



-3. UTO.

EL ATAQUE VIENE DEL LADO DERECHO.



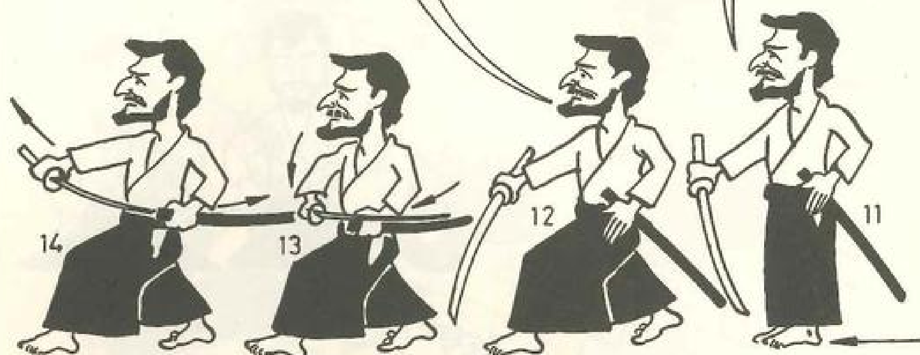
-UTO.







-UTO.





FIN.

AL INCORPORARME ADELANTO EL PIE DERECHO.



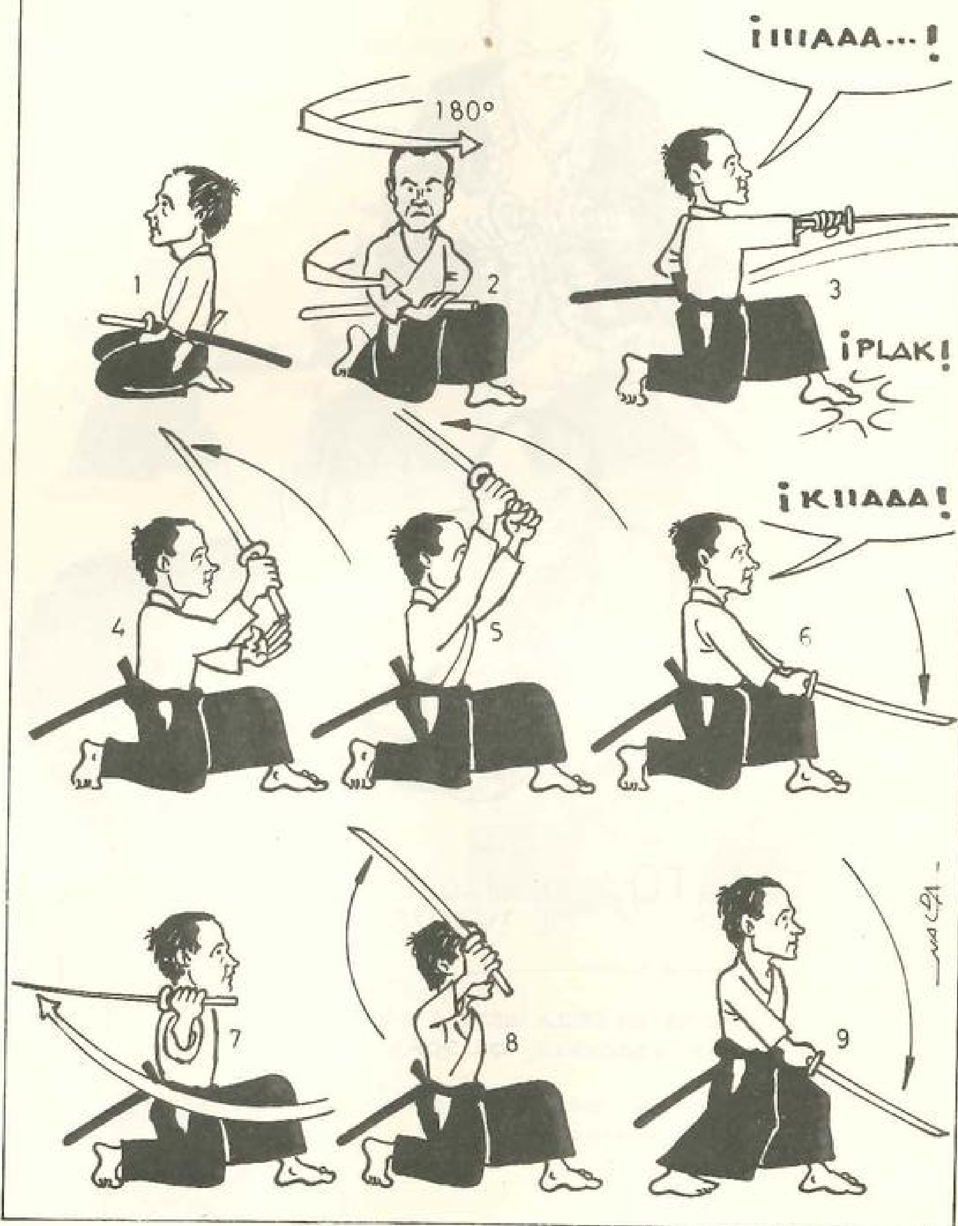




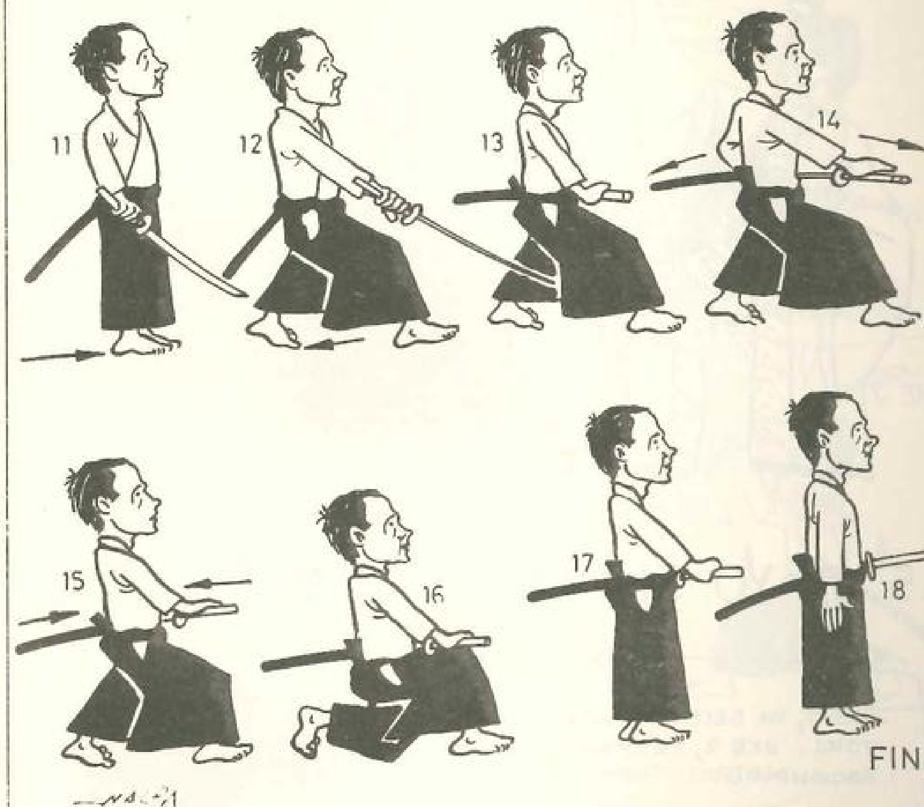
-4. ATARITO. EL ATAQUE VIENE DE DETRAS.

-UKE SE ENCUENTRA EN SEIZA DETRÁS DE TORI, E INTENTA ATACARLE POR SORPRESA...
¿CÓMO SE APERCIBIRÁ TORI DE ESA INTENCIÓN? ¿INTUICIÓN, PRESENTIMIENTO, AGUDEZA AUDITIVA...?

-ATARITO-



-ATARITO.



FIN.



-5. IN-YO SHINTAI.

ATAQUE SUCESIVO DE DOS ADVERSARIOS.

-UKE 1, EN SEIZA FRENTE A TORI. UKE 2, PERMANECE ESCONDIDO.

TORI REALIZA LA PRIMERA PARTE SOBRE UKE 1, HACE UN BREVE CHIBURI, Y AL ENVAINAR APARECE UKE 2 SOBRE EL QUE EJECUTA LA SEGUNDA PARTE DEL KATA.



-IN-YO SHINTAI.

¡EEIII...!

¡PLAK!

1

2

3

ADELANTO EL PIE IZQUIERDO.

¡TOOO...!

4

5

6

CHIBURI CORTO...

7

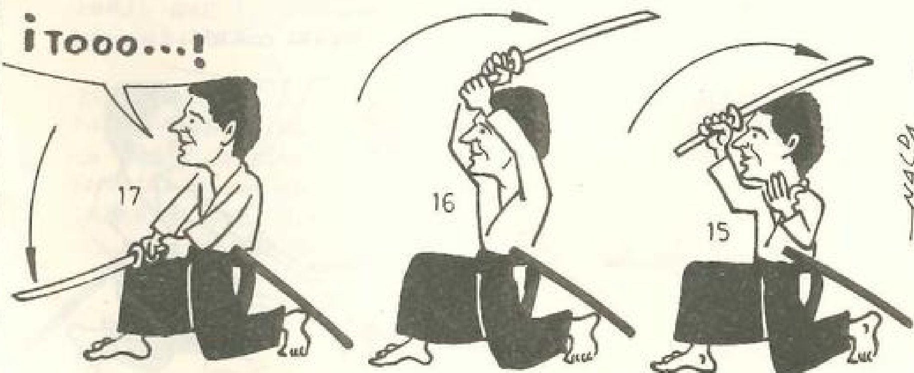
8

9

-IN YO SHINTAI.







-IN YO SHINTAI.









– 6. RYUTO.

ATAQUE A LA CABEZA
DESDE EL KAMIZA.



– RYUTO.

¡KIIIAAA...!

5 4 3 2 1

¡KIIIAAA...!

CHIBURI CORTO

6 7 8 9 10

GYAKUTE

14 13 12 11

FIN



-8. GYAKUTO.

-INVERTIR EL SABLE.

-UKE Y TORI FRENTE A FRENTE EN SEIZA.

NOTO SE REALIZA INVIRTIENDO LA POSICIÓN DE LA MANO DERECHA SOBRE LA EMPUÑADURA DEL SABLE (GYAKUTE).



GYAKUTO

¡KIIIAAA!

4 3 2 1

8 7 6 5

TSUKI

SHOMEN

11 10 9

GYAKUTO





-9. SEICHUTO. (TSUKI KAGE)

-LA SOMBRA DE LA LUNA.



- SEICHUTO -

¡KIIIAAA!

4 3 2 1

¡PLAK!

7 6 5

10 9 8

- SEICHUTO -

14 13 12 11

18 17 16 15

FIN.



-10. KORANTO. (OI KAZE)

-LA FUERZA DEL VIENTO.

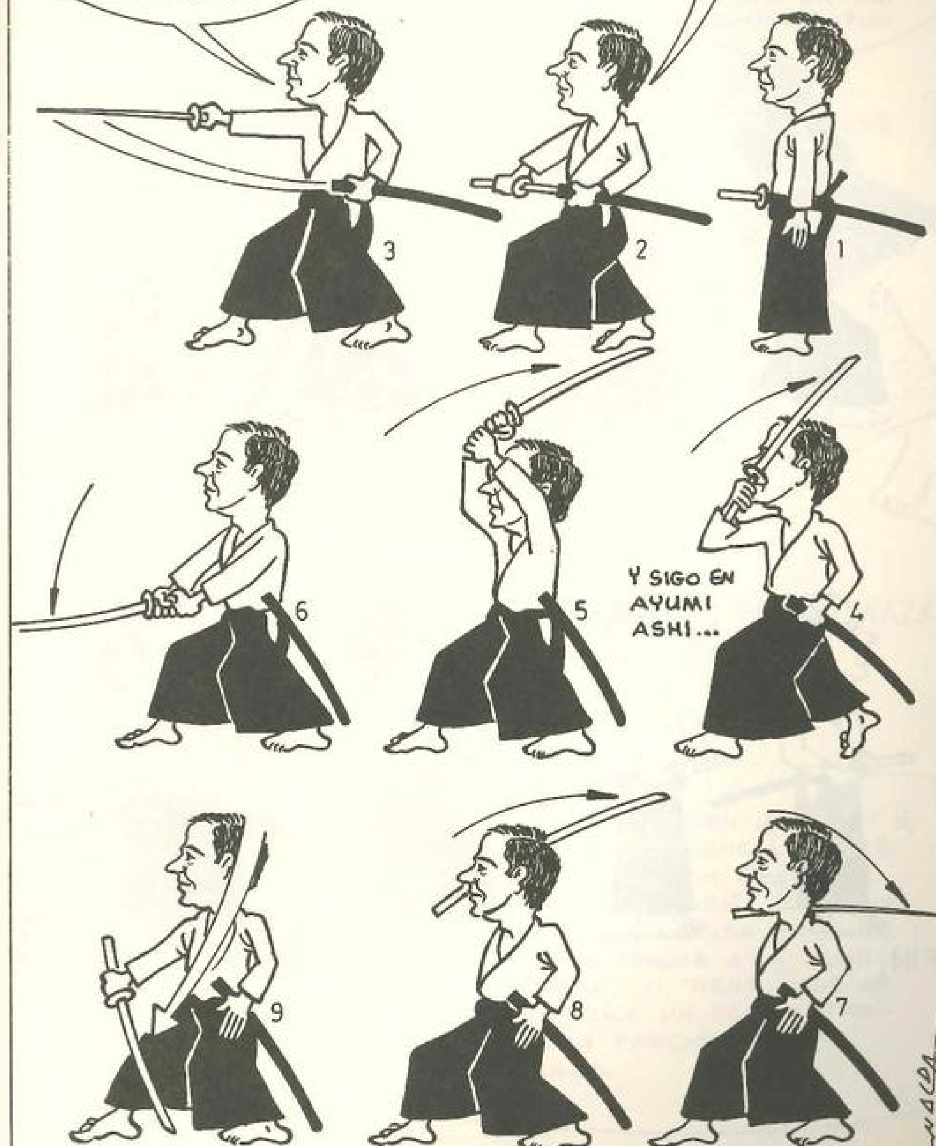


-UKE Y TORI DE PIE FRENTE A FRENTE...

TORI SE ANTICIPA Y AVANZA EN AYUMI ASHI PARA DESEQUILIBRAR A UKE

EL KATA COMIENZA Y ACABA DE PIE. AL FINAL TORI DA 6 Ó 7 PASITOS HACIA ATRÁS PARA REGRESAR AL LUGAR DE PARTIDA.

-KORANTO.



- KORANTO.

LOS PIES ESTÁN MUY PRÓXIMOS.

ATRASO UN POCO EL DERECHO.

ADELANTO EL PIE IZQUIERDO.

13 12 11 10

17 16 15 14

FIN.

NACDA

TORI

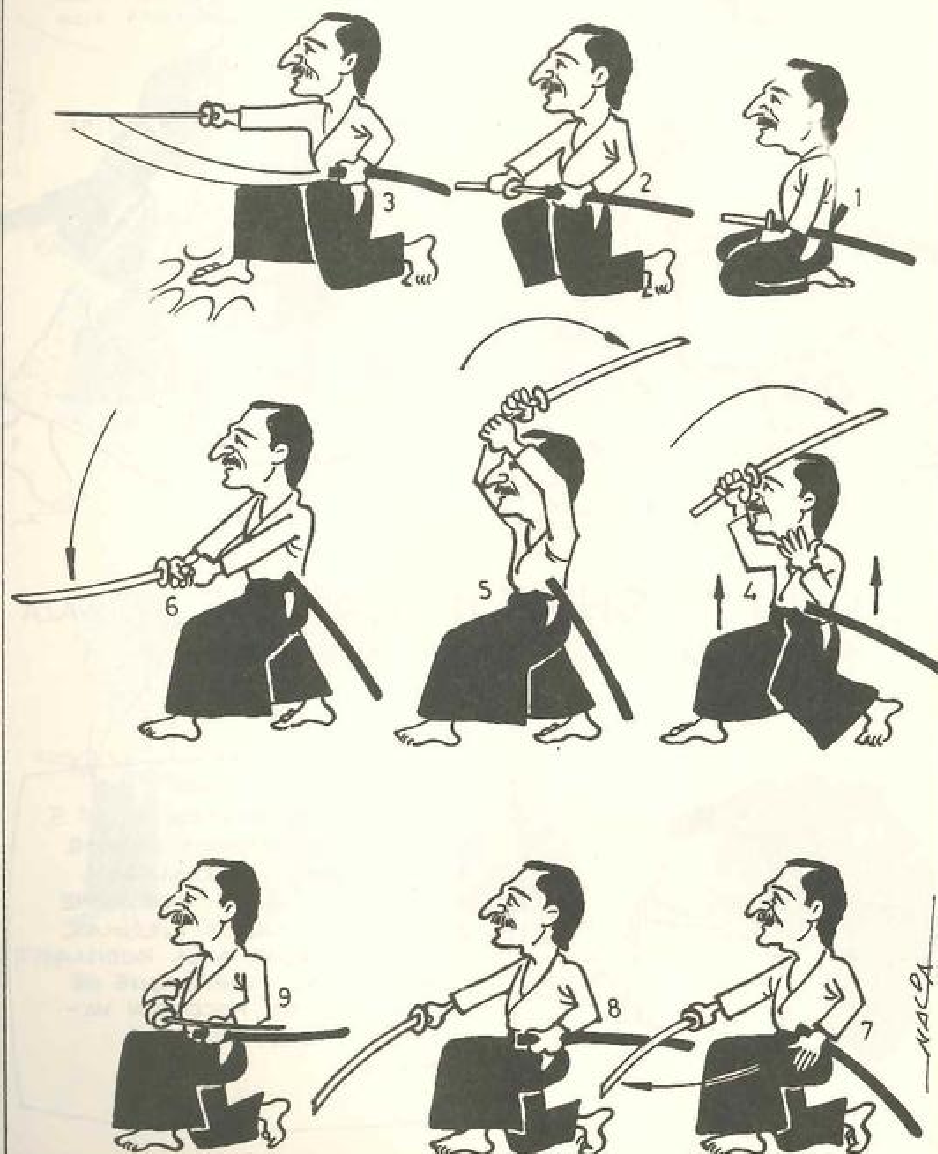
UKE

-11. IN YO SHINTAI GYAKUTE. KAEWAZA

-PARADA CON EL SABLE INVERTIDO.

-ESTE KATA ES IDENTICO AL Nº 5, LA ÚNICA DIFERENCIA RESIDE EN LA FORMA DE REALIZAR EL 2º NUKITSUKE, QUE VIENE A SER UNA PARADA CIRCULAR ANTE UN ATAQUE A LA RODILLA DERECHA, AL TIEMPO QUE SE INCORPORA UN POCO SIN VARIAR LA POSICIÓN DE LAS PIERNAS.

- IN YO SHINTAI GYAKUTE.

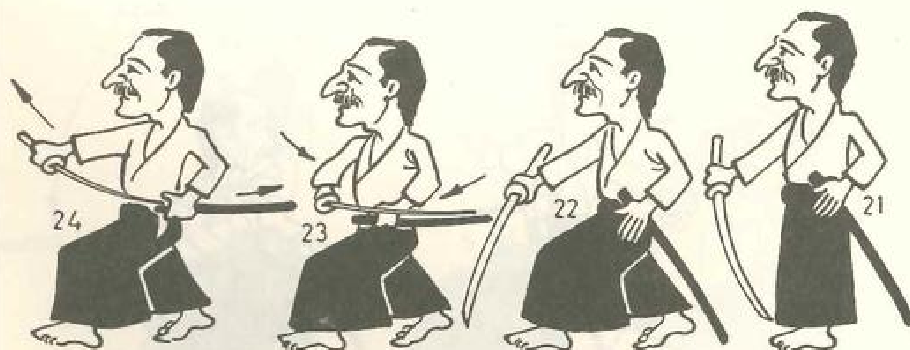


- IN YO SHINTAI GYAKUTE.



IN YO SHINTAI GYAKUTE







FIN.



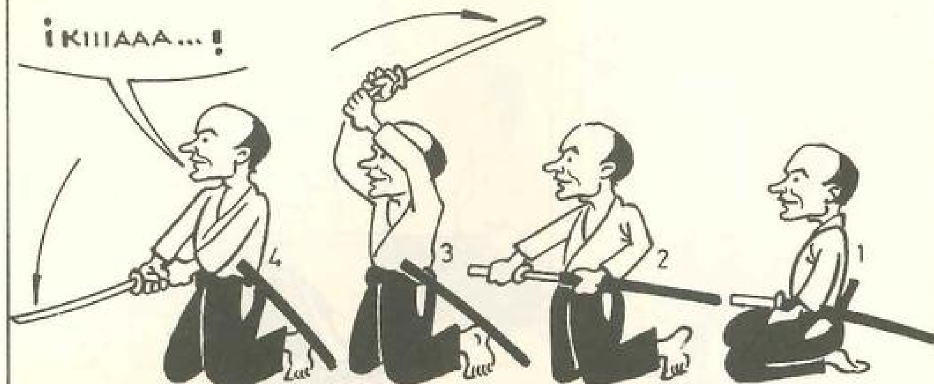
-12. BATTO. (NUKI UCHI).

-DESENVAINAR Y CORTAR.

-UKE Y TORI EN SEIZA FRENTE A FRENTE.
TORI PERCIBE LA SEÑAL DE ATAQUE Y SE ANTICIPA EN LA ACCIÓN.
ESTE KATA SE DESARROLLA DE PRINCIPIO A FIN EN SUWARI-WAZA, PERO CON LA PLANTA DE LOS DEDOS DE LOS PIES CONTRA EL SUELO, Y APROXIMANDO UN POCO LAS RODILLAS AL ENVAINAR.



- BATTO -


¡KIIIAAA...!
4
3
2
1


CHIBURI CORTO
7
6
5


10
9
8
NACDA

FIN


AL FINALIZAR LOS KATAS REPETIMOS "TO-REI"...
1
2
3


EN LA ESCUELA MUSO SHINDEN RYU, EL FILO HACIA EL FRENTE...
4
5
6
NACDA


DESPUES LO PASAMOS AL LADO DERECHO PARA SALUDAR AL PROFESOR Ó AL COMPA-NERO...
7


Y POR FIN OTRA VEZ A LA CINTURA...
8

- ESTA ES LA RELACIÓN Y EL ORDEN DE LA SEGUNDA SERIE DE KATAS "MUSO SHINDEN RYU".

CHUDEN

HASEGAWA EISHIN RYU

(Posición : TATEHIZA)

- YOKO GUMO.
- TORA ISOKU.
- INAZUMA.
- UKI GUMO.
- YAMASHITA OROSHI.
- IWANAMI.
- UROKU GAESHI.
- NAMI KAESHI.
- TAKI OTOSHI.
- BATTO (NUKI UCHI).

Y ESTOS LOS NOMBRES DE LA TERCERA SERIE DE KATAS "MUSO SHINDEN RYU" CON LOS QUE SE COMPLETA Y CIERRA EL MÉTODO.

OKUDEN

Suwari waza :

- KASUMI.
- SUNE GAKOI.
- TOZUME.
- TOWAKI.
- SHIHO GIRI.
- TANASHITA.
- RYOZUME.
- TORA BASHIKI.

Tachi waza :

- YUKI ZURE.
- TSURE DACHI.
- SOMA KURI.
- SODOME.
- SHINOBU.
- YUKI CHIGAI.
- SODESURIGAESHI.
- MONNYU.
- KABEZOE.
- UKENAGASHI.
- ITOMAGOI.
- ITOMAGOI.
- ITOMAGOI.

SETE-IAI


LA FEDERACIÓN JAPONESA DE KENDO ADOPTÓ LA CODIFICACIÓN DE 10 KATAS DEL MÉTODO "SETE-IAI", SIENDO ACTUALMENTE EL ORGANISMO QUE SE OCUPA DE SU ENSEÑANZA, EXÁMENES Y GRADOS.


-COMO ES DE RIGOR EN TODAS LAS DISCIPLINAS MARCIALES, LA DEMOSTRACIÓN, EL ENTRENAMIENTO, Ó LOS EXÁMENES DE KATAS DEL MÉTODO "SETE-IAI" COMIENZAN POR UN RESPETUOSO SALUDO AL DOJO, AL PROFESOR, A LOS COMPAÑEROS Ó TRIBUNAL, AL SABLE, ETC. CON EL FILO SIEMPRE HACIA SÍ MISMO.

EL SALUDO PREVIO ANTES DE EMPEZAR EL KATA ES IDÉNTICO AL DE "MUSO SHINDEN RYU", PERO ES DIFERENTE AL TERMINAR LA DEMOSTRACIÓN, SEGÚN PUEDE VERSE EN LOS DIBUJOS DE ESTA PÁGINA.







SETE-IAI

1. MAE.
2. USHIRO.
3. UKE NAGASHI.
4. TSUKA ATE.
5. KESA GIRI.
6. MOROTE ZUKI.
7. SANPO GIRI.
8. GANMEN ATE.
9. SOETE TSUKI.
10. SHIHO GIRI.



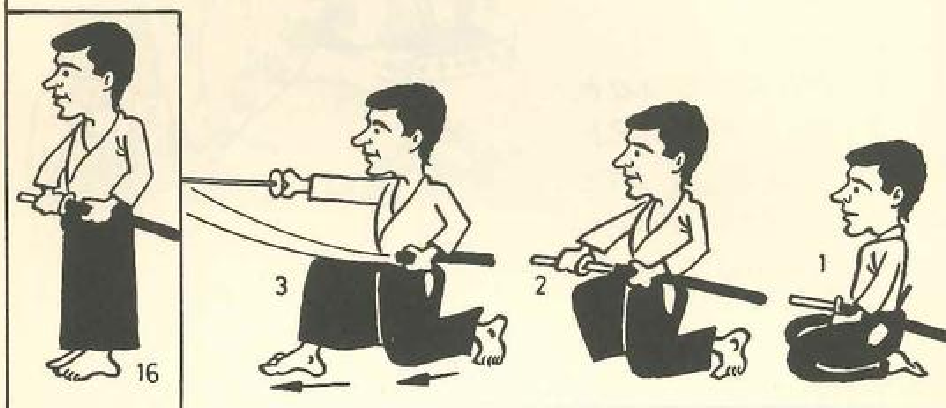


-ESTA ES LA RELACIÓN Y EL ORDEN DE LOS KATAS "SETE-IAI" (FEDERACIÓN JAPONESA DE KENDO).
POR FALTA DE ESPACIO NO ENTRAREMOS EN SU EXPOSICIÓN DETALLADA, AUNQUE SÍ HARÉ UN BREVE COMENTARIO SOBRE CADA UNO DE ELLOS.

1. MAE. –ATAQUE DE FRENTE.

KATA IDÉNTICO A "SHOATTO" CON ESTAS VARIANTES:

a) EN NUKI-TSUKE NO SE GOLPEA CON EL PIE QUE AVANZA.
b) SE ADELANTA UN POCO LA RODILLA IZQUIERDA PARA SEME.
c) AL TÉRMINO DE NOTO LA MANO DERECHA QUEDA SUJETANDO LA EMPUÑADURA.
d) EL SABLE DE "SETE-IAI" NO TIENE CORDÓN (SAGEO).



2. USHIRO. –ATAQUE POR LA ESPALDA.

ESTE KATA ES IDÉNTICO A "ATARITO" CON LAS VARIANTES INDICADAS EN MAE.



–3. UKE NAGASHI. DESVIAR EL SABLE DE UKE

–KATA SIMILAR A "RYUTO" VARIANDO EL DESPLAZAMIENTO DE LOS PIES EN FURIKABUTE Y KIRITSUKE (YOKOMEN). EL RESTO IGUAL A "RYUTO".



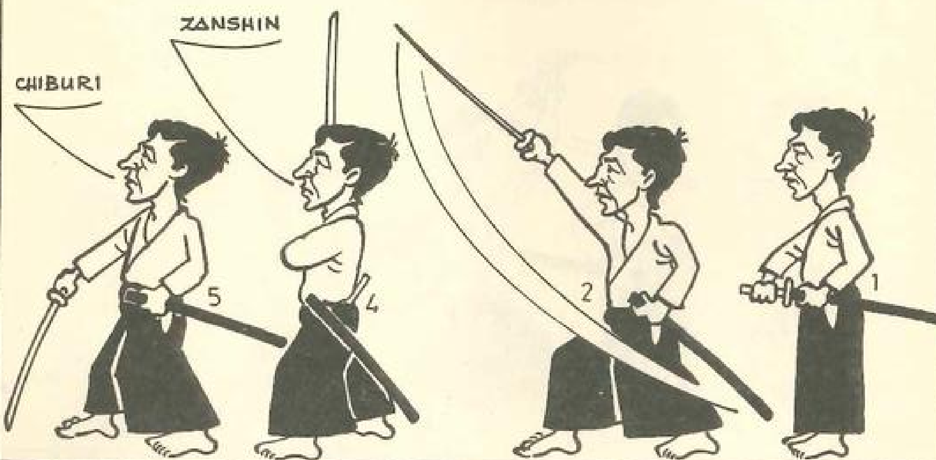
–4. TSUKA ATE. ATEMI CON LA EMPUÑADURA.

TORI EN MEDIO DE DOS ADVERSARIOS, UNO DELANTE Y OTRO DETRÁS. LOS TRES EN POSICIÓN "TATEHIZA".
ATACA PRIMERO A UKE 1, CON LA TSUKA, DESENVAINA Y ATACA TSUKI A UKE 2, Y DE NUEVO A UKE 1, MEN UCHI.



-5. KESA GIRI. CORTE EN OBLICUO

-EL ADVERSARIO ESTÁ DELANTE. TORI DESENVAINA Y CORTA EN SENTIDO ASCENDENTE Y OBLÍCUO (CADERA DERECHA HOMBRO IZQUIERDO). TODO EL KATA SE REALIZA DE PIE.

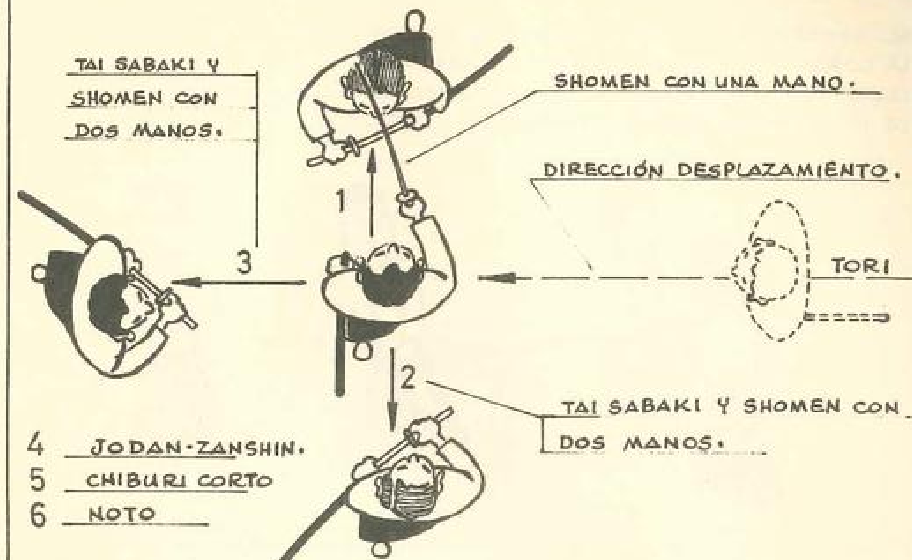


6. MOROTE ZUKI. ATAQUE DE PUNTA CON LAS DOS MANOS.

-TORI TIENE DOS ADVERSARIOS DELANTE, Y UNO A SU ESPALDA. ATACA EN YOKOMEN A UKE 1, EN TSUKI A UKE 2, Y MEN UCHI A UKE 3. DESPUES CHIBURI Y NOTO.



-7. SANPO GIRI. CORTAR EN TRES DIRECCIONES.



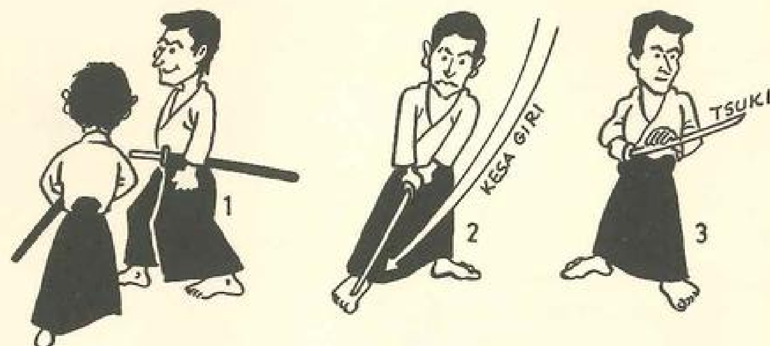
-8. GANMEN ATE. ATEMI A LA CARA.

TORI SE ENCUENTRA ENTRE DOS ADVERSARIOS, UNO DELANTE, Y OTRO A SU ESPALDA.
1) TSUKA ATE A LA CARA; 3) TAI SABAKI 180° Y TSUKI; DE NUEVO TAI SABAKI (4) 180° Y SHOMEN AL QUE ATACÓ EN TSUKA ATE;
5) CHIBURI; 6) NOTO.



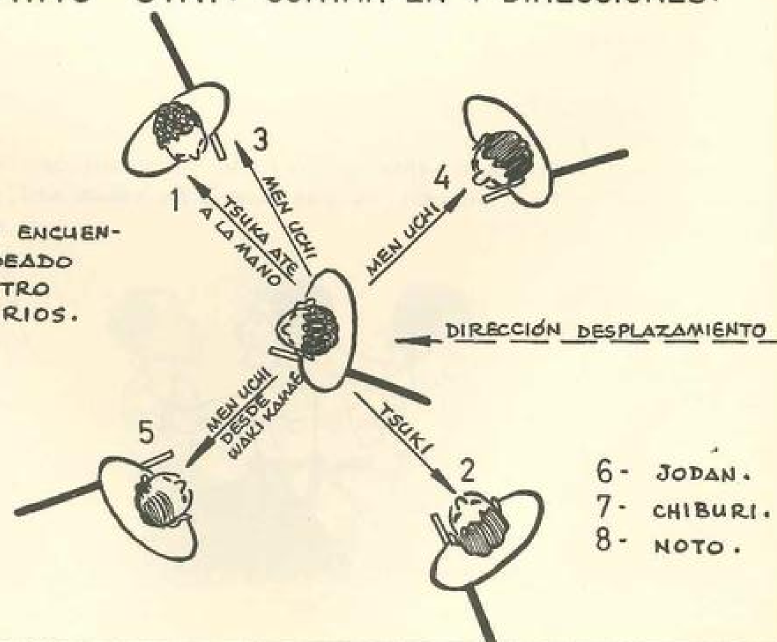
-9. SOETE TSUKI. GOLPE DE PUNTA CON LA MANO.

-EL ADVERSARIO LLEGA POR LA IZQUIERDA, TORI GIRA HACIA ÉL Y LE CORTA EN KESA GIRI, (DIRECCIÓN HOMBRO DERECHO CADERA IZQUIERDA) DESPUES TSUKI, APOYANDO LA MANO EN EL CANTO DE LA HOJA DEL SABLE, CHIBURI Y NOTO.



-10. SHIHO GIRI. CORTAR EN 4 DIRECCIONES.

-TORI SE ENCUENTRA RODEADO POR CUATRO ADVERSARIOS.



6- JODAN.
7- CHIBURI.
8- NOTO.

TAMESHI-GIRI.

–TAMESHI-GIRI, ES EL ARTE DE CORTAR REALMENTE ALGO, CON UN SABLE AUTÉNTICO.
LOS TEST DE CORTE SE REALIZAN NORMALMENTE DURANTE LAS EXHIBICIONES DE IAIDO, Ó LOS EXÁMENES DE GRADO, PARA PROBAR LA DESTREZA DEL BUDOKA Y LA CALIDAD DEL SABLE.

¿DE VERDAD CREE VD. QUE CON ESTE SABLE PODRÉ CORTAR EL JAMÓN A LONCHAS FINAS...?

EXISTEN UNAS FORMAS BÁSICAS DE EJECUTAR EL CORTE, QUE VIENEN...

... A SER LA EXPRESIÓN REAL DE LOS MOVIMIENTOS Ó GOLPES DE KATANA UTILIZADOS EN IAIDO Y EN KENJUTSU, VAMOS A VER COMO SON...

MIGI KESA GIRI
SHOMEN UCHI
HIDARI KESA GIRI
HIDARI YOKO GURUMA
MIGI YOKO GURUMA

TSUKI
GYAKU KESA GIRI (MIGI)
(HIDARI) GYAKU KESA GIRI

TSUKI

MEN UCHI

HIDARI KESA GIRI

MIGI KESA GIRI

MIGI GYAKU KESA GIRI

HIDARI GYAKU KESA GIRI

YOKO GURUMA GIRI
(derecha-izquierda
izquierda-derecha)

¡...Y HAZ EL FAVOR DE CORTARLA EN DOS MITADES IGUALES, QUE DESPUÉS TE QUEDAS SIEMPRE TÚ CON EL PEDAZO MAYOR...!

KKKKKIIIIIAAAAAA

NACHA

UNA PRUEBA QUE SÓLO CONTADOS EXPERTOS CONSIGUEN SUPERAR CONSISTE EN CORTAR UNA CAÑA DE BAMBÚ APOYADA DE PIE EN EL SUELO EN DELICADO EQUILIBRIO.

GEIKO-HO

NACHA

-EL DESARROLLO DE LAS CLASES DE IAIDO DEPENDE ANTE TODO DEL PROFESOR, PERO EN GENERAL PUEDE CONSIDERARSE QUE UNA CLASE TRADICIONAL SIGUE MAS Ó MENOS EL ORDEN INDICADO AQUÍ:

1- SALUDO AL PROFESOR.

2- SALUDO AL SABLE.

3- CALENTAMIENTO BREVE DE MÚSCULOS Y ARTICULACIONES.

4- 30 SUBURIS DE CADA TIPO DE GOLPE.

5- LOS KATAS PROPIAMENTE DICHOS.

6- EJERCICIOS EDUCATIVOS ESPECÍFICOS.

7- SALUDO FINAL Y FIN DE LA CLASE.



-EJERCICIO Nº 1-

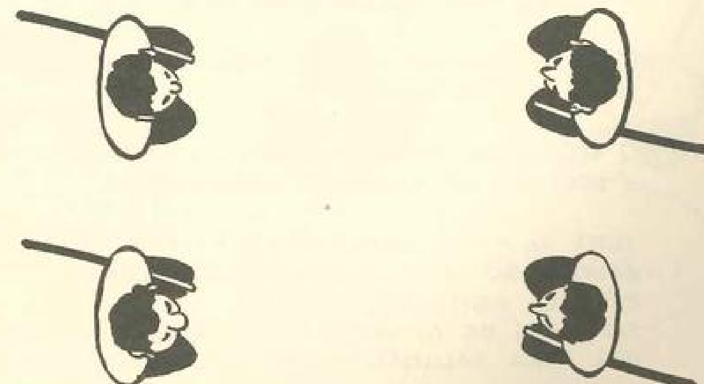
UKE Y TORI EN SUWARI-WAZA CON EL SABLE A SU LADO IZQUIERDO EN EL SUELO.

SE TRATA DE ESTAR ALERTA, COGER EL SABLE Y ATACAR CON RAPIDEZ PARA SORPRENDER AL OTRO, REALIZANDO ÚNICAMENTE "NUKITSUKE" Y "SEME".



-EJERCICIO Nº 2-

POR PAREJAS, UNO FRENTE A OTRO EN SUWARI-WAZA. A LA SEÑAL DEL PROFESOR (PALMADA) REALIZAN TODOS "SHOATTO" TRATANDO DE SER MÁS RÁPIDO QUE SU ADVERSARIO.





EJERCICIO Nº 3 - (SATO ó UTO)

TORI EN SUWARI WAZA, UKE A CUATRO METROS DE DISTANCIA DE PIE, ANDANDO SE ACERCA A TORI Y PUEDE HACER CUALQUIERA DE ESTAS COSAS :

a) PASAR POR DELANTE SIN MAS.

b) ARRODILLARSE FRENTE A ÉL Y SALUDAR, ó ATACAR FINGIENDO UN SALUDO.

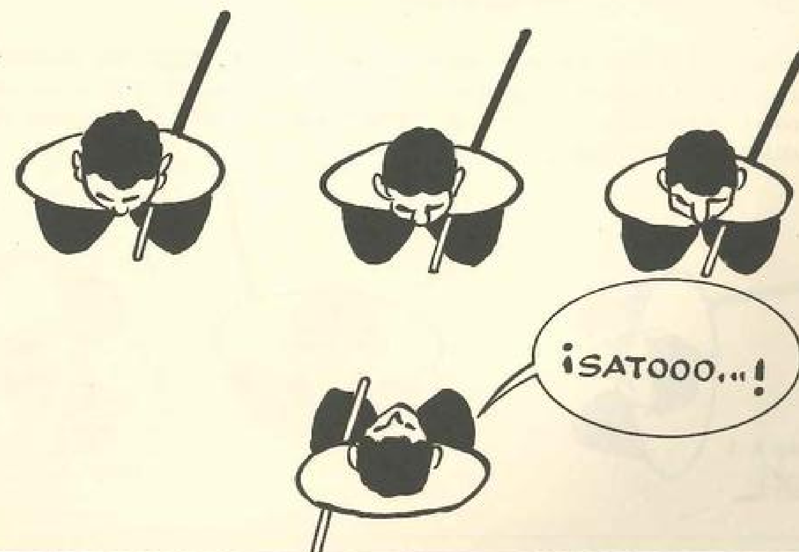
c) ATACARLE POR SORPRESA AL LLEGAR A SU ALTURA ó DESPUES DE HABERLE REBASADO.

TORI NO PUEDE EMPUÑAR LA KATANA ANTE UN GESTO SOSPECHOSO ó EQUÍVOCO PORQUE SERÍA UNA OFENSA PARA EL VISITANTE.
SE TRATA DE ESTAR ALERTA EN TODO MOMENTO YA SEA PARA SALUDAR ó PARA DEFENDERSE.



- EJERCICIO 4 -
TORI EN SUWARI WAZA - UKE DE PIE A 4 METROS A LA IZQUIERDA ó A LA DERECHA DE TORI, DE PRONTO CORRIENDO ATACA A ÉSTE QUE REALIZARA "SATO" ó "UTO".

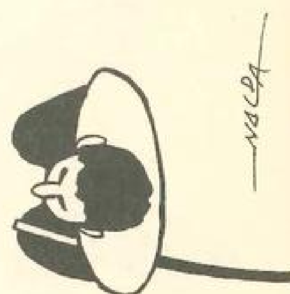
- EJERCICIO 5 -
LOS ALUMNOS EN SUWARI-WAZA FRENTE AL PROFESOR VAN REALIZANDO LOS KATAS QUE ORDENA ÉSTE EN VOZ ALTA.



- EJERCICIO 6 -

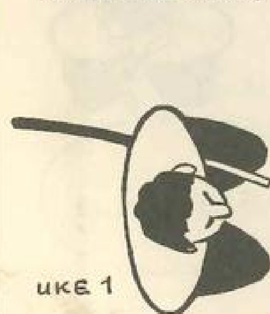
UKE A LA DERECHA Ó DERECHA DE TORI, AMBOS EN SUWARI.
UKE REALIZA "SHOATTO" REPENTINAMENTE CONTRA TORI
QUE REACCIONA EN "SATO" Ó "UTO".





- EJERCICIO 7- (ZANSHIN)

TORI EN MEDIO DE DOS ADVERSARIOS, LOS TRES EN SUWARI.
UKE 1, Ó UKE 2, HACEN "SHOATTO" (AUNQUE NO A LA VEZ)
TORI REALIZA "SATO" Ó "UTO" SEGÚN DE QUE LADO PROVENGA EL ATAQUE.







ÍNDICE